CENA DWA ZŁOTE



KALENDARZ

KRAKOWSKIEGO OCHOTNICZEGO TOWARZYSTWA RATUNKOWEGO

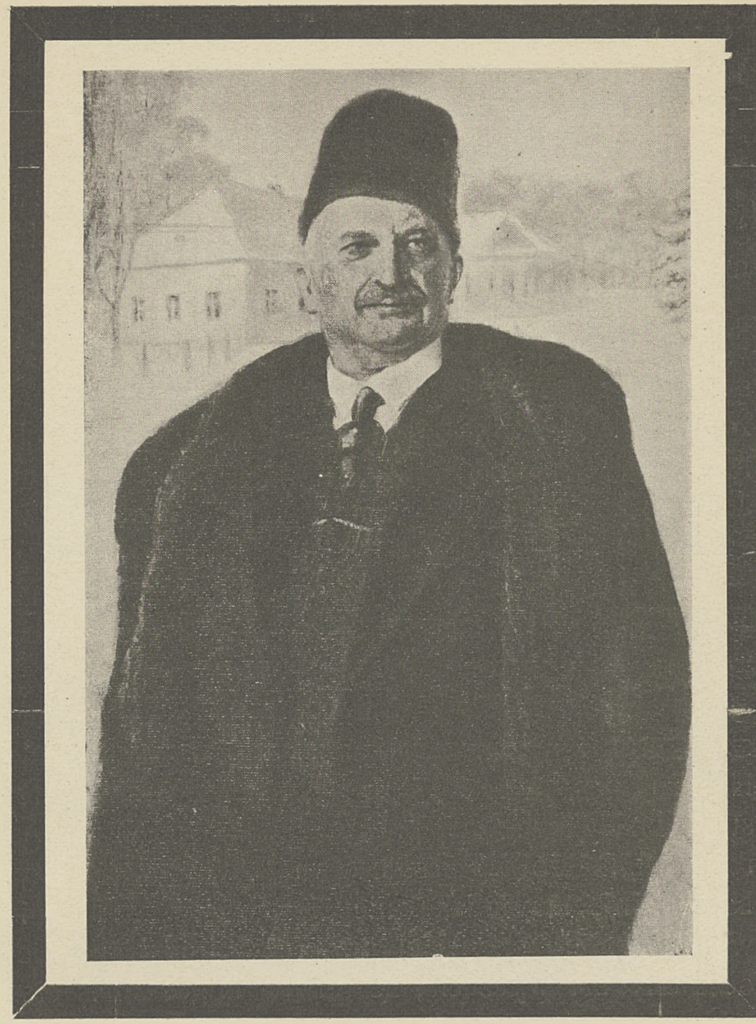
NA ROK

1936

Nakładem Krak. Ochotn. Towarzystwa Ratunkowego
Kraków, ul. Potockiego L. 19 — Telefony 111-11 i 122-62.

Okładkę rysowała p. Barbara Krzyżanowska

Czcionkami Drukarni „Powściągliwość i Praca" w Krakowie.



Ś. P. JAN KRZYŻANOWSKI

Członek honorowy i długoletni prezes
Krakowskiego Ochotniczego Tow. Ratunkowego

Ur. w r. 1877. zmarł 24 września 1935.

Czemu od nas odszedłeś?

Słowa te — skargi i wyrzutu — cisną się nam na usta, bo opuścił nas na zawsze nasz zacny i czcigodny, a przedewszystkiem ukochany, długoletni prezes ś. p. Jan Krzyżanowski.

Jesteśmy przybici i zgnębieni, że właśnie my, którzy powołani jesteśmy do tego, by nieść tą pierwszą pomoc w nagłych wypadkach, nie byliśmy w możności dać ją Temu, któremubyśmy jej z serca nie poskąpili, a głos trąbki Pogotowia może doszedł do Jego ucha, lecz miast otuchy i pokrzepienia był tylko głosem skargi i pożegnania.

Nasz żal jest głęboki i szczery, bo opuścił nas Ten, który ukochał prawdziwie i głęboko pracę w Towarzystwie i dla Towarzystwa Ratunkowego. Wielokrotnie podnosił to, że najlepiej się czuje w naszym gronie a godność prezesa wysoko sobie cenił. Nie sądzimy, by mógł być gdziekolwiek milszy stosunek przełożonego do pracowników. Łagodny i wyrozumiały, a równocześnie wymagający i stanowczy. Niezmiernie na ludzką niedolę wrażliwy, właśnie w nieszczęściu przyjaciel prawdziwy, miał ten nieoceniony dar wyczucia, że gdy w kogoś z nas cios uderzył srogi, spieszył z pomocą i otuchą szybko — natychmiast, jak na Pogotowiu.

To też we wdzięcznej pamięci **pracowników Pogotowia Ratunkowego** pozostanie On na zawsze.

1936 1936

Kalendarz Pogotowia Ratunkowego w Krakowie

ROCZNIK SIÓDMY

STYCZEŃ

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 **Środa**	**Nowy R. 1936**	**19 Hrud. 1935**
2 Czwartek	Makarego W.	20 Ihnatja
3 Piątek	Genowefy	21 Juljanji
4 Sobota	Tytusa B.	22 Atanasja
5 Niedziela	Telesfora	**23 10 Muczen.**
6 Poniedz.	**Trzech Króli**	24 Wyhylja
7 Wtorek	Łucjana	**25 Rożd. J. Ch.**
8 Środa	Seweryna	**26 Sob. P. B.**
9 Czwartek	Marcjanny	**27 Stefana m.**
10 Piątek	Agatona	28 2 t. mucz.
11 Sobota	Honoraty	29 SS. Mł. ub.
12 Niedziela	**1 po 3 Król.**	**30 Anysji**
13 Poniedz.	40 żołnierzy	31 Melanji
14 Wtorek	Feliksa	**1 Siczeń 1936**
15 Środa	Pawła P.	2 Sylwestra
16 Czwartek	Marcela	3 Małachja
17 Piątek	Antoniego	4 Sob. 70 ap.
18 Sobota	K. św. Piotra	5 Fteopemta
19 Niedziela	**2 po 3 Król.**	**6 Boh. Hosp.**
20 Poniedz.	Fabjana	7 Joana Kr.
21 Wtorek	Agnieszki	8 Jurja, Em.
22 Środa	Wincentego	9 Poljekta
23 Czwartek	Zaślub. NMP.	10 Hryhorja
24 Piątek	Tymoteusza	11 Teodosja
25 Sobota	Nawr. ś. Pawła	12 Tatjanny
26 Niedziela	**3 po 3 Król.**	**13 N. po Obj. P.**
27 Poniedz.	Jana Złot.	14 Zacheja
28 Wtorek	Walerego	15 Pawła T.
29 Środa	Franciszka	16 Petra Ap.
30 Czwartek	Martyny	17 Antonja
31 Piątek	Piotra N.	18 Atanasja

N O T A T K I:

L U T Y

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Sobota	Ignacego	19 Makarja
2 Niedziela	**4 po 3 Król.**	**20 Jewtymja**
3 Poniedz.	Błażeja	21 Maksyma
4 Wtorek	Weroniki	22 Tymoteja
5 Środa	Agaty	23 Kłymenta
6 Czwartek	Doroty	24 Pr. Ksenji
7 Piątek	Romualda	25 Hryhorja
8 Sobota	Jana z M.	26 Ksenofonta
9 Niedziela	**Starozap.**	**27 Joana Zł.**
10 Poniedz.	Scholastyki	28 Jefrema
11 Wtorek	Obj. NMP.	29 Ihnatja
12 Środa	Modesta	**30 Trech Świat.**
13 Czwartek	Katarzyny	31 Kyra i J.
14 Piątek	Walentego	**1 Lutyj. Tr.**
15 Sobota	Faustyna	**2 Ofiarow. P. J.**
16 Niedziela	**Mięsop.** Juljanny	**3 Mięsop.**
17 Poniedz.	Juljana	4 Isydora
18 Wtorek	Symeona	5 Ahafji m.
19 Środa	Konrada	6 Wukoły
20 Czwartek	Leona	7 Partenja
21 Piątek	Eleonory	8 Teodora
22 Sobota	Kat. ś. Piotra	9 Nikifora
23 Niedziela	**Zapustna** Piotra	**10 Zapustna**
24 Poniedz.	Macieja Ap.	11 Błażeja
25 Wtorek	Zygfryda	12 Mełetyja
26 Środa	*Popielec*	13 Martynjana
27 Czwartek	Leandra	14 Awksentja
28 Piątek	Romana	15 Onysyma
29 Sobota	Oswalda	16 Pamfyły

NOTATKI:

MARZEC

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Niedziela	**Wstępna**	**17 1 Postu**
2 Poniedz.	Heleny	18 Leona
3 Wtorek	Kunegundy	19 Archippa
4 Środa	*Such.*, Kazim.	20 Lwa ep. k.
5 Czwartek	Wacława	21 Tymoteja
6 Piątek	*Such.*, Perpetuy	22 Euchemji
7 Sobota	*Such.*, Tomasza	23 Połykarpa
8 Niedziela	**Sucha**	**24 2 Postu**
9 Poniedz.	Franciszki	25 Tarasa
10 Wtorek	40 Męczen.	26 Porfija
11 Środa	Konstant.	27 Prokopja
12 Czwartek	Grzegorza	28 Wasyłyja
13 Piątek	Krystyny	29 Kasjana
14 Sobota	Leona	1 **Marzec** Eud.
15 Niedziela	**Głucha** Klemen.	2 **Postu** Teod.
16 Poniedz.	Abrahama	3 Jewtropja
17 Wtorek	Patrycjusza	4 Herasyma
18 Środa	Cyryla	5 Komana
19 Czwartek	Józefa obl.	6 SS. 42 m.
20 Piątek	Klaudji	7 Wasyłyja
21 Sobota	Benedykta	8 Teofyłakta
22 Niedziela	**Środop.** Katarz.	9 **4 Postu** 40 m.
23 Poniedz.	Pelagji	10 Kondrada
24 Wtorek	Gabrjela	11 Sofronja
25 Środa	Zwiast. NMP.	12 Teofana
26 Czwartek	Dyzmy	13 Nykyfora
27 Piątek	Jana D.	14 Wenedykta
28 Sobota	Jana Kap.	15 Ahapja m.
29 Niedziela	**Czarna** Wiktora	16 **5 Postu** Saw.
30 Poniedz.	Anieli	17 Ałeksija
31 Wtorek	Balbiny	18 Kyryla

NOTATKI:

KWIECIEŃ

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Środa	Teodory	19 Chryzanta
2 Czwartek	Franciszka	20 Serchja
3 Piątek	Ryszarda	21 Jakowa
4 Sobota	Izydora	22 Wasyłja
5 Niedziela	**Palmowa**	**23 Palmowa**
6 Poniedz.	Celestyna	24 Zacharja
7 Wtorek	Epifanjusza	**25 Zwiast. NMP.**
8 Środa	Djonizego	26 Hawryły
9 Czwartek	W. Czwartek	27 Matrony
10 Piątek	W. Piątek	28 Iłarjona
11 Sobota	W. Sobota	29 Marka
12 Niedziela	**Wielkanoc**	**30 Woskr. Ch.**
13 Poniedz.	**Poniedz. Wielk.**	**31 Pon. Woskr.**
14 Wtorek	Justyna	**1 Wtor. Wosk.**
15 Środa	Anastazji	2 Tyta
16 Czwartek	Benedykta	3 Nykyty
17 Piątek	Rudolfa	4 Josyfa
18 Sobota	Apolonjusza	5 Teodyła
19 Niedziela	**Przewodnia**	**6 Przew.**
20 Poniedz.	Teodora	7 Hryhorja
21 Wtorek	Symeona	8 Herodjana
22 Środa	Sotera	9 Jewpsych.
23 Czwartek	Wojciecha	10 Terentja
24 Piątek	Fidelisa	11 Antypy
25 Sobota	Marka Ew.	12 Wasylja
26 Niedziela	**2 po Wielk.**	**13 2 po Zmar.**
27 Poniedz.	Teofila	14 Martyny
28 Wtorek	Pawła	15 Arystarcha
29 Środa	Piotra	16 Agaty m.
30 Czwartek	Katarzyny	17 Symeona

NOTATKI:

MAJ

Dnie	Kalendarz rzymsko-katoliaki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Poniedz.	Filipa i Jakóba	18 Joana
2 Wtorek	Zygmunta	19 Pafnucja
3 Niedziela	**Król. Kor. Pol.**	20 **3. po Zmar.**
4 Poniedz.	Florjana	21 Januarja
5 Wtorek	Piusa V. p.	22 Tomyna
6 Środa	Jana w Oleju	23 Jurja
7 Czwartek	Domiceli	24 Sawy m.
8 Piątek	Stanisława b.	25 Marka ap.
9 Sobota	Grzegorza z N.	26 Wasyłyja
10 Niedziela	**3. Izydora**	27 **4. po Zmar.**
11 Poniedz.	Mamerta	28 9 mucz.
12 Wtorek	Pankracego	29 Myronos
13 Środa	Serwacego	30 Jakowa
14 Czwartek	Bonifacego	1 Traweń
15 Piątek	Zofji wd.	2 Atanazja
16 Sobota	Jana Nep.	3 Tymoteja
17 Niedziela	**5. Paschalisa**	4 **5 do Zmart.**
18 Poniedz.	Feliksa, Eryka	5 Iryny
19 Wtorek	Celestyna	6 Joana Boh.
20 Środa	Bernardyna	7 Sawy
21 **Czwartek**	**Wniebowst. P.**	8 **Wniebowst.P**
22 Piątek	Heleny, Julji	9 Isaji pr.
23 Sobota	Dezyderjusza	10 Symeona
24 Niedziela	**6. NMP. Wsp.**	11 **Św. Ojców**
25 Poniedz.	Grzegorza	12 Epifanji
26 Wtorek	Filipa	13 O Samar.
27 Środa	Bedy, Jana I.	14 Isydora
28 Czwartek	Augustyna	15 Pachomja
29 Piątek	Marji Magdal.	16 Teodora
30 Sobota	Wig. Feliksa	17 Andronika
31 Niedziela	**Zesł. Duch. Św.**	18 **Zesł. Duch. Ś.**

NOTATKI:

CZERWIEC

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 **Poniedz.**	Jakóba	19 **Trójcy Św.**
2 Wtorek	Marcelina	20 Ślipor.
3 Środa	Erazma	21 Konst.
4 Czwartek	Franciszka	22 Wasyłyska
5 Piątek	Bonifacego	23 Mychajła
6 Sobota	Norberta	24 Symeona
7 **Niedziela**	1. **Trójcy Św.**	25 **Wszyst. Św.**
8 Poniedz.	Medarda	26 Karpa
9 Wtorek	Pryma i Felic.	27 Św. Oteć
10 Środa	Bł. Bogumiła	28 Nykity
11 Czwartek	Barnaby Ap.	29 Teodozji
12 Piątek	Jana, Onufrego	30 Isakja
13 Sobota	Antoniego z P.	31 Jermeja
14 **Niedziela**	2. **Bazylego**	1 **Czerw. p. Z.**
15 Poniedz.	Wita m.	2 Nikifora
16 Wtorek	Jana	3 Łucjana
17 Środa	Jolanty	4 Mitrofana
18 Czwartek	Marka, Marc.	5 Doroteja
19 Piątek	Gerwazego	6 Wisarjona
20 Sobota	Silwerjusza	7 Teodota
21 **Niedziela**	3. **Alojzego**	8 **3. po Z. D. Ś.**
22 Poniedz.	Paulina	9 Kiryła
23 Wtorek	Agrypiny	10 Aleksandra
24 Środa	Nar. św. Jana	11 Wartołom.
25 Czwartek	Łucji, Wilh.	12 Onufrja
26 Piątek	Jana i Pawła	13 Akiliny
27 Sobota	Władysława	14 Elizeusza
28 **Niedziela**	4. **Leona II. p.**	15 **4 po Z. D. Ś.**
29 **Poniedz.**	**Piotra i Pawła**	16 Tychona
30 Wtorek	Lucyny	17 Manuiła

NOTATKI:

LIPIEC

Dnie	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Środa	Teodoryka	18 Łeontja
2 Czwartek	Nawiedz. NMP.	19 Judy Ap.
3 Piątek	Anatola	20 Metodja
4 Sobota	Józefa K.	21 Juljana
5 **Niedziela**	5. **Antoniego**	22 **5. Jewsebja**
6 Poniedz.	Dominika	23 Ahrypiny
7 Wtorek	Cyryla i M.	24 Rożd. ś. J.
8 Środa	Elżbiety	25 Fewronji
9 Czwartek	Weroniki	26 Dawida
10 Piątek	Amelji	27 Samsona
11 Sobota	Piusa I, Pel.	28 Kira i Joana
12 **Niedziela**	6. **Jana Gwalb.**	29 **6. Petra i p.**
13 Poniedz.	Małgorzaty	30 Sob. 12 Ap.
14 Wtorek	Bonawentury	1 **Lipeń** Kosm.
15 Środa	Rozesł. ś. Ap.	2 Pol. R.P.B.
16 Czwartek	NMP. Szkapl.	3 Jakynfta
17 Piątek	Aleksego	4 Andreja
18 Sobota	Szymona z L.	5 Atanazja
19 **Niedziela**	7. **Winc. à Paulo**	6 **7. Łukja**
20 Poniedz.	Czesława	7 Tomy i Ak.
21 Wtorek	Praksedy	8 Prokopja
22 Środa	Bolesława	9 Pankratja
23 Czwartek	Apolinarego	10 Antonja
24 Piątek	Kunegundy	11 Jewfymji
25 Sobota	Jakóba	12 Prokła
26 **Niedziela**	8. **Anny M. NMP.**	13 **8. Hawryiła**
27 Poniedz.	Natalji m.	14 Akyły
28 Wtorek	Innocentego	15 Wołodym.
29 Środa	Marty	16 Atynogena
30 Czwartek	Julity	17 Maryny
31 Piątek	Ignacego	18 Jemiljana

NOTATKI:

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

SIERPIEŃ

Dnia	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Sobota	Piotra	19 Makrymy
2 **Niedziela**	9. **NMP. Anielsk.**	20 9. **Iłji pr.**
3 Poniedz.	Znal. r. ś. Szcz.	21 Symeona
4 Wtorek	Dominika	22 Marji M.
5 Środa	NMP. Śnieżnej	23 Trofyma
6 Czwartek	Przem. Pańskie	24 Chrystyny
7 Piątek	Kajetana w.	25 Uś. ś. Anny
8 Sobota	Cyrjaka, Emilj.	26 Jermołaja
9 **Niedziela**	10. **Romana**	27 **10. P. Z. D.**
10 Poniedz.	Wawrzyńca	28 Prohora
11 Wtorek	Zuzanny	29 Kałynyka
12 Środa	Klary p.	30 Syły ap.
13 Czwartek	Hipolita i Kasj.	31 Ewdokima
14 Piątek	Euzebjusza	1 **Serpeń**
15 **Sobota**	**Wnieb. NMP.**	2 Stefana
16 **Niedziela**	11. **Rocha Joach.**	3 11. **Isakja**
17 Poniedz.	Jacka w.	4 7 Otr. w Ef.
18 Wtorek	Włodzim.	5 Jewsych.
19 Środa	Juljusza	6 **Preobr. H.**
20 Czwartek	Bernarda Op.	7 Dometja
21 Piątek	Joanny wd.	8 Emyłjana
22 Sobota	Tymoteusza	9 Mateja ap.
23 **Niedziela**	12 **po Z. Filipa**	10 **12. po ZDŚ.**
24 Poniedz.	Bartłomieja	11 Jewpła
25 Wtorek	Ludwika	12 Fotja
26 Środa	NMP. Jasnog.	13 Maksyma
27 Czwartek	Przem. r. ś. Kaz.	14 Micheja
28 Piątek	Augustyna	15 **Uś. P. Boh.**
29 Sobota	Ścięcie ś. Jana	16 Per. O. H.
30 **Niedziela**	13. **Róży Lim.**	17 13. **Mirona**
31 Poniedz.	Rajmunda	18 Flora

NOTATKI:

WRZESIEŃ

Dnia	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Wtorek	Bronisławy	19 Andreja
2 Środa	Stefana	20 Samuiła
3 Czwartek	Szymona Słup.	21 Tadeja ap.
4 Piątek	Rozalji i Róży	22 Ahaftona
5 Sobota	Wawrzyńca	23 Łupa m.
6 **Niedziela**	14. **Zacharjasza**	24 14. **p. Z.D.Ś.**
7 Poniedz.	Reginy	25 Wartołom.
8 Wtorek	Nar. NMP.	26 Adrjana
9 Środa	Gorgonjusza	27 Pimena
10 Czwartek	Mikołaja z T.	28 Mojseja
11 Piątek	Prota i Jacka	29 Usik. Hoł.
12 Sobota	Im. Marji	30 Aleksandra
13 **Niedziela**	15. **Filipa**	31 15. **p. Z.D.Ś.**
14 Poniedz.	Podw. ś. Krzyż.	1 **Weresеń**
15 Wtorek	Nikodema	2 Mamanta
16 Środa	Korneljusza	3 Antyma
17 Czwartek	Lamberta	4 Wawyły
18 Piątek	Józefa z K.	5 Zachar.
19 Sobota	Januarego	6 Wosp. M.
20 **Niedziela**	16. **Eustachego**	7 16. **p. Z.D.Ś.**
21 Poniedz.	Mateusza	8 **Rożd. P. B.**
22 Wtorek	Tomasza	9 Joakima
23 Środa	Tekli p.	10 Minodory
24 Czwartek	NMP. od. w. n.	11 Teodory
25 Piątek	Aurelji	12 Awtonoma
26 Sobota	Cyrjaka	13 Kornyła
27 **Niedziela**	17. **Kosmy i D.**	14 **Woz. ś. K.**
28 Poniedz.	Wacława	15 Nykity
29 Wtorek	Michała	16 Jewfymji
30 Środa	Hieronima	17 Sofji

N O T A T K I:

PAŹDZIERNIK

Dnia	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Czwartek	Jana z Dukli	18 Jewmena
2 Piątek	Aniołów Str.	19 Trofyma
3 Sobota	Teresy od Dz.	20 Eustachja
4 **Niedziela**	18. **Franciszka**	21 18. **Kondrat.**
5 Poniedz	Placyda m.	22 Foki
6 Wtorek	Brunoma	23 Zacz. J. K.
7 Środa	M. B. Różańc.	24 Tekły
8 Czwartek	Brygidy	25 Jewfroz.
9 Piątek	Dionizego	26 Joana Boh.
10 Sobota	Franciszka B.	27 Kałystrata
11 **Niedziela**	19. **Placydy** p.	28 19. **Charyt.**
12 Poniedz.	Maksymiljana	29 Kirjaka
13 Wtorek	Edwarda	30 Hryhorja
14 Środa	Kaliksta	1 **Paźdz.** Żow.
15 Czwartek	Teresy	2 Kyprjana
16 Piątek	Gawła	3 Dionysja
17 Sobota	Jadwigi wd.	4 Jerofteja
18 **Niedziela**	20. **Łukasza Ew.**	5 20. **po ZDŚ.**
19 Poniedz.	Piotra z A.	6 Tomy ap.
20 Wtorek	Jana Kant.	7 Serchja
21 Środa	Urszuli	8 Pelagji
22 Czwartek	Korduli	9 Jakowa
23 Piątek	Seweryna	10 Jewłapja
24 Sobota	Raf. Arch.	11 Fyłypa
25 **Niedziela**	21. **J. Chr. Król.**	12 21. **Tarasa**
26 Poniedz.	Ewarysta	13 Karpa
27 Wtorek	Florencjusza	14 Paraskawja
28 Środa	Szymona, Tad.	15 Jewtymja
29 Czwartek	Narcyza	16 Lonhyna
30 Piątek	Edmunda	17 Osji, Andr.
31 Sobota	Lucyli p. m.	18 Łuki ap.

NOTATKI:

LISTOPAD

Dnia	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 **Niedziela**	Wszyst. Św.	19 **Joiła pr.**
2 Poniedz.	Dzień Zad.	20 Artemja
3 Wtorek	Huberta	21 Iłarjona
4 Środa	Karola B.	22 Awerkja
5 Czwartek	Zacharjasza	23 Jakowa
6 Piątek	Leonarda	24 Arety
7 Sobota	Nikandra	25 Markjana
8 **Niedziela**	23. **Gotfryda**	26 23. **Dymitrja**
9 Poniedz.	Teodora	27 Nestora
10 Wtorek	Andrzeja	28 Paraskawji
11 Środa	Marcina	29 Anastazji
12 Czwartek	5-ciu Br. męcz.	30 Zynowja
13 Piątek	Stanisława K.	31 Stachja
14 Sobota	Józefata m.	1 Padołyst
15 **Niedziela**	24. **Leopolda**	2 24. **Akindyna**
16 Poniedz.	Edmunda	3 Akep. Jos.
17 Wtorek	Grzegorza	4 Joannyka
18 Środa	Odona	5 Hałaktjona
19 Czwartek	Elżbiety wd.	6 Pawła
20 Piątek	Feliksa	7 Jeronima
21 Sobota	Ofiar. NMP.	8 Mychajła
22 **Niedziela**	25. **Cecylji**	9 25. **Onysyf.**
23 Poniedz.	Klemensa	10 Erasta
24 Wtorek	Jana od K.	11 Miny
25 Środa	Katarzyny p.	12 Josafata
26 Czwartek	Konrada	13 Joana
27 Piątek	Walerjana	14 Fyłypa
28 Sobota	Zdzisławy	15 Hurja
29 **Niedziela**	Saturnina	16 26. **Mateja**
30 Poniedz.	Andrzeja	17 Hryhorja

NOTATKI:

GRUDZIEŃ

Dnia	Kalendarz rzymsko-katolicki	Kalendarz grecko-katolicki
1 Wtorek	Eligjusza	18 Płatona
2 Środa	Bibjanny p.	19 Awdija
3 Czwartek	Franciszka	20 Hryhorja
4 Piątek	Barbary	21 **Wch. w. Ch.**
5 Sobota	Anastazji	22 Fyłymona
6 **Niedziela**	**2. Adw. Mikołaja**	23 **27. Amfył.**
7 Poniedz.	Ambrożego	24 Kateryny
8 Wtorek	**Niepok. Pocz.**	25 Kłymenta
9 Środa	Wiesława	26 Ałypja
10 Czwartek	NMP. Loret.	27 Jakowa
11 Piątek	Damazego	28 Stefana
12 Sobota	Aleksandra	29 Paramona
13 **Niedziela**	**3. Adw. Łucji**	30 **28. Andreja**
14 Poniedz.	Spirydjona	1 **Hrudeń**
15 Wtorek	Walerj.	2 Awakuma
16 Środa	Euzebjusza	3 Sofonja
17 Czwartek	Łazarza	4 Warwary
18 Piątek	Ocz. NMP.	5 Sawy ap.
19 Sobota	Tymoteusza	6 **Nykołaja**
20 **Niedziela**	**4. Adw. Teofila**	7 **29. Amwroz.**
21 Poniedz.	Tomasza Ap.	8 Patapja
22 Wtorek	Zenona	9 **N. Z. P. B.**
23 Środa	Wiktorji	10 Miny
24 Czwartek	Wig. Ad. i Ewy	11 Danyiła
25 Piątek	**Boże Narodz.**	12 Spirydona
26 Sobota	**Szczepana m.**	13 Ewstratja
27 **Niedziela**	**1. po B.N. Jana**	14 **30. Tyrsja**
28 Poniedz.	Młodzianków	15 Ełewterja
29 Wtorek	Tomasza	16 Aheja
30 Środa	Sabina	17 Danyiła
31 Czwartek	Sylwestra	18 Sewastjana

NOTATKI:

KALENDARZ ŻYDOWSKI

Święta.

15	Nisan	1. dzień Paschy	7/IV.
16	„	2. „ „	8/IV.
21	„	7. „ „	13/IV.
22	„	8. „ „	14/IV.
6	Siwan	1. Zielon. św.	27/V.
7	„	2. „ „	28/V.
1	Tiszri	1. dzień Now. Rok.	17/IX.
2	Tiszri	2. dz. Now. Rok.	18/IX.
10	Tiszri	św. Pojednania	26/IX.
15	„	1. dz. św. Szałasów	1/X.
16	„	2. „ „	2/X.
22	„	Koniec św. Szałas.	8/X.
23	„	Radość z Prawa	9/X.

Początek miesięcy.

1 Tiszri 17 września
1 Cheszwan 17 października
1 Kislew 15 listopada
1 Tewet 15 grudnia
1 Szebat 25 stycznia
1 Adar 24 lutego
1 Nisan 24 marca
1 Ijar 23 kwietnia
1 Siwan 22 maja
1 Tamuz 21 czerwca
1 Ab 20 lipca
1 Elut 13 sierpnia

KALENDARZ MYŚLIWSKI

Czasy ochrony zwierzyny dla Małopolski.

(Ciemne pola oznaczają czas ochrony).

Rodzaj zwierzyny	Styczeń	Luty	Marzec	Kwiecień	Maj	Czerwiec	Lipiec	Sierpień	Wrzesień	Paździer.	Listopad	Grudzień
Jelenie-byki, daniele-rogacze . .	■	■	■	■	■	■	■	■	15		■	■
Sarny-kozły	■	■	■	■	15						■	■
Zające-szaraki	15	■	■	■	■	■	■	■	■	15		
Borsuki	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		■
Wiewiórki	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Głuszce-koguty	■	■	15		15	■	■	■	■	■	■	■
Cietrzewie-koguty						■	■	15				
Jarząbki		■	■	■	■	■	■	15				
Bażanty-koguty		■	■	■	■	■	■	■	■	15		
Kuropatwy	■	■	■	■	■	■	■	■			■	■
Przepiórki			■	■	■	■	■	■				
Słonki					15	■	■	15				
Bataljony						■	10					
Dzikie łabędzie i dzikie gęsi . .						■	15					
Dzikie kaczki (samice i młode) oraz inne ptactwo wodne i błotne . .			■	■	■	■	15					
Dzikie łabędzie i dzikie gęsi . .					15	■	■					
Dropie, dropie kamionki (strepety), dzikie gołębie, drozdy, kwiczoły, paszkoty		■	■	■	■	■	■	15				
Ptaki krukowate i drapieżne z wyjątkiem jastrzębi gołębiarzy, krogulców, wron i srok		■	■	■	■	■	■	15				
Żubry, bobry, kozice, świstaki, samice i cielęta: łosia, jelenia, daniela, sarny-kozy i koźlęta, niedźwiedzice od niedźwiątek, głuszce-kury, bażanty-kury, czarne bociany oraz w województwach: pomorskiem, poznańskiem, warszawskiem, łódzkiem, kieleckiem, lubelskiem, krakowskiem, lwowskiem, tarnopolskiem i stanisławowskiem cietrzewie i kury.	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

Kalendarzyk rybacki.

Czas ochrony.

1) Dla łososiów od 16 września do 15 marca;
2) dla troci od 17 września do 15 marca;
3) dla pstrągów od 16 września do 15 marca;
4) dla jaziów od 1 kwietnia do 31 maja;
5) dla lipieni od 1 marca do 31 maja;
6) dla głowacic od 16 marca do 15 maja;
7) dla świnek od 1 kwietnia do 15 maja;
8) dla wyrozubów od 1 kwietnia do 31 maja;
9) dla czopów od 1 kwietnia do 31 maja;
10) dla sandaczów od 16 kwietnia do 15 czerwca;
11) dla cyrt od 16 maja do 30 czerwca;
12) dla brzan i brzanek od 16 maja do 30 czerwca;
13) dla leszczów od 1 maja do 15 czerwca;
14) dla jesiotrów od 1 marca do 31 grudnia;
15) dla szczupaków od 1 marca do 15 kwietnia;
16) dla raków: a) dla samca od 1 października do 15 maja; b) dla samicy od 1 października do 31 lipca.

Nie mogą być sprzedawane, ani podawane w jadłodajniach: gatunki ryb i raki, wyszczególnione pod pozycjami 1—16, podczas oznaczonych czasów ochrony, z wyjątkiem pierwszych trzech dni tychże.

Nadto nie mogą być sprzedawane ani podawane:

jesiotry	niżej	100	ctm.
łososie	„	50	„
trocie	„	50	„
sandacze	„	40	„
głowacice	„	40	„
wyrozuby	„	40	„
węgorze	„	40	„
czeczugi	„	30	„
brzany	„	30	„
leszcze	„	30	„
jazie	„	25	„
lipienie	„	25	„
świnki	„	25	„
klonki	„	20	„
pstrągi	„	20	„
cyrty	„	20	„
brzanki	„	16	„
czopy	„	16	„
raki	„	7	„

Miara od początku głowy do końca płetwy ogonowej.

Czas ochronny nie jest jeszcze ustalony dla wszystkich ziem Rzpltej. Powyższy kalendarzyk obowiązuje dla Małopolski, dla ziem b. zaboru pruskiego są normy według dawnego ustawodawstwa niemieckiego, dla obszarów b. zaboru rosyjskiego niema jeszcze przepisów.

TARYFA POCZTOWA I TELEGRAFICZNA.

Obrót miejscowy: Zł. gr.

Listy zwykłe prywatne do 20 gram. —.15
ponad 20— 250 gramów . . —.30
ponad 250— 500 gramów . . —.40
ponad 500—1000 gramów . . —.60
Kartki pocztowe . . . . —.10
Kartki z widokami, zawierające w tekście nie więcej jak 5 wyrazów z życzeniami, pozdrowieniami itp.
Telegramy od wyrazu . . . . . —.05
nadto zasadnicza opłata . . . —.25

Obrót w kraju i do Gdańska Nr. 1:

Listy zwykłe prywatne do 20 gram. —.25
ponad 20—250 gramów . . . —.50
ponad 250—500 gramów . . . —.80
Kartki pocztowe . . . . —.15
Kartki z widokami, zawierające w tekście nie więcej jak 5 wyrazów z życzeniami, pozdrowieniami itp. —.05
Druki a) zwykłe pojedyncze do wagi 20 gramów . . . . . —.05
ponad 20— 50 gramów . . . —.10
ponad 50—100 gramów . . . —.15
ponad 100—250 gramów . . . —.25
ponad 250—500 gramów . . . —.50
ponad 500—1 kg. . . . . . —.60
ponad 1—2 kg. pojedyncze tomy —.70
Druki b) nadane jednorazowo w ilości:
ponad 500— 1000 sztuk – 70%
ponad 1000— 5000 sztuk – 65%
ponad 5000—10000 sztuk – 60%
ponad 10.000 sztuk — 50%
od odpowiedniej wagi jak pod a) podane.
Papiery handlowe i przesyłki mieszane
do 100 gramów . . . . . . —.15
do 250 gramów . . . . . . —.25
do 500 gramów . . . . . . —.50
do 1 kg. . . . . —.60
Próbki towarowe do wagi 100 gram. —.15
do wagi 250 gram. —.25
do wagi 500 gram. —.50
Przesyłki mieszane tylko z zawartością druków i próbek towarowych wysyłane jednocześnie w ilości:
ponad 100— 500 sztuk – 70%
ponad 500—1000 sztuk – 65%
ponad 1000 sztuk — 60 %
opłaty jak za przesyłki mieszane odpowiedniej wagi.
Opłaty dodatkowe:
do przesyłek Poste-restante . . —.10
za doręczenie ekspres . . . . —.50
za polecenie (recepis) . . . . —.30
od przesyłek za pobraniem . . —.50
Za reklamacje przesyłki pocztowej. —.50
Przekazy pocztowe do 20 Zł. opłata —.20
ponad 20— 50 Zł. . . . —.40
ponad 50— 100 Zł. . . . —.60
ponad 100— 500 Zł. . . . 1.—
ponad 500—1000 Zł. . . . 1.50
ponad 1000—2000 Zł. . . . 2.—
ponad 2000—5000 Zł. . . . 3.—

Wpłaty P. K. O. blankietami nadawczemi:

do 50 zł. opłata . . . . . . —.10
powyżej 50— 100 zł. opłata . —.20
powyżej 100— 250 zł. opłata . —.30
powyżej 250— 500 zł. opłata . —.40
powyżej 500— 750 zł. opłata . —.60
powyżej 750—1000 zł. opłata . —.80
powyżej 1000—5000 zł. opłata , 1.50
powyżej 5000 opłata . . . . 2·50
Telegramy zwykłe od wyrazu . . —.15
nadto opłata zasadnicza . . . —.25
Telegramy pilne (D) od wyrazu . —.30
nadto opłata zasadnicza . . . —.25
Telegramy listowe (L.T.) od wyrazu —.05
najmniej 25 wyraz. opłata wynosi 1.25
nadto opłata zasadnicza . . . —.25
Telegramy z życzeniami (XLT.) najmniej 15 wyrazów – od wyrazu —.05
nadto opłata zasadnicza . . . —.25

TARYFA PACZEK POCZTOWYCH.

Strefa	1	2	3	4
WAGA	do 100 km.	ponad 100 do 300 km.	ponad 300 do 600 km.	ponad 600 km.
do 1 kg	—50	—50	—50	—60
ponad 1— 3	—70	—80	1·20	1·40
ponad 3— 5	—90	1·30	1·80	2·30
ponad 5—10	1·30	2·30	3·—	3·50
ponad 10—15	1·70	3·—	4·50	5·—
ponad 15—20	2·—	3·80	4·80	7·—

Dopłaty: za pobranie — 50 gr.
za Poste-restante — 50 gr.

PACZKI ŻYWNOŚCIOWE W KRAJU.

Strefa	1	2	3	4
WAGA	do 100 km.	ponad 100 do 300 km.	ponad 300 do 600 km.	ponad 600 km.
do 5 kg	—50	—50	1·—	1·20
ponad 5— 6 „	—50	—50	1·20	1·50
ponad 6— 7 „	—40	—70	1·30	1·70
ponad 7— 8 „	—50	—80	1·50	2·—
ponad 8— 9 „	—60	—90	1·60	2·30
ponad 9–10 „	—60	1·20	2·—	2·90
ponad 10—15 „	—80	1·60	3·—	4·50
ponad 15—20 „	1·—	2·20	4·—	5·50

przy paczkach żywnościowych nie opłaca się za Poste-restante.

Poczta lotnicza w kraju:

Kartki pocztowe . . . . —.20
Listy do 20 gramów . . . . . —.35

Obrót zagraniczny:

Do Austrji, Czech, Rumunji i Węgier:

Listy zwykłe do wagi 20 gramów —.45
za każde dalsze 20 gramów . —.25
Kartki pocztowe . . . . —.25

Do wszystkich innych państw:

Listy zwykłe do wagi 20 gramów —.55
za każde 20 gramów . . . . —.30
Kartki pocztowe . . . . —.30
Druki za każde 50 gramów . . . —.10
dopuszczalne do 2 kg.

Papiery handlowe i próbki towarowe
za każde 50 gram. - 10 gr. najmniej —.60
Polecenie przesyłek listowych . . —.45
Za doręczenie Ekspres . . . . 1.—
Za reklamacje . . . . 1.—

Przekazy pocztowe:
a) do Kanady, Stanów Zjednoczonych Ameryki i Wielkiej Brytanji za każde Zł. 100 — opłata . . 1·—
b) do innych krajów do Zł. 100.— opłata . . . . —.80
za każde dalsze Zł. 100.— opłata —.50

Poczta lotnicza:

Do Austrji, Czechosłowacji, Rumunji i Węgier:

Kartki pocztowe . . . . . . —.45
Listy do 20 gramów . . . . . —.70

Do innych krajów europejskich:

Kartki pocztowe . . . . . . —.50
Listy do 20 gramów . . . . . —.80

OPŁATY STEMPLOWE.

Rachunki (lub odpisy tychże) od każdych 50 zł. . . . . . . —.10
nie przewyższające zł. 20.— wolne od opłaty stemplowej.
Pokwitowania odbioru pieniędzy, papierów wartościow. i innych przedmiotów . . . . . . —.25
nie przewyższające zł. 50.— wolne od opłaty stemplowej.
Weksle przy sumie weksl. do 50 zł. —.20
przy sumie weksl. do 100 zł. —.30
od każdych dalszych 100 zł. opł. —.30
przy sumie wekslowej do 1000 zł. 3.—
przy sumie wekslowej przewyższającej 1000 zł. od każdego pełnego lub zaczętego tysiąca sumy wekslowej po . . . . 3.—
Weksle in blanco (bez wymien. sumy) 30.—
Podania do państwowych władz i urzędów . . . . 3.—
Pełnomocnictwa, jeżeli upoważnia do odbioru kwoty 100 zł. wolne od opłaty stemplowej.
do odbioru ponad 100—1000 zł. 1.—
do odbioru ponad 1000 zł. opłata 3.—

MIARY.

MIARY DŁUGOŚCI.

a) metryczne:
Metr (*m*) = 10 dm = 100 cm = 1000 mm
Kilometr (*km*) = 1000 m
Decymetr (*dm*) = 0.1 m
Centymetr (*cm*) 0.01 m
Milimetr (*mm*) = 0.001 m
b) niemetryczne:
Mila geograficzna = 7420.4 m
Mila morska = 1852 m
Yard = 3 stopy ang. = 36 cali = 91·43992 cm
Mila angielska = 1609 m
Sążeń austrjacki = 6 stóp austr. = 72 cali = 1·8965 m
Toise = 6 stóp franc. = 72 cali = 72 12 linji = 1·94909 m
Sążeń polski = 3 łokcie — 6 stóp = 1·728 m
Mila polska = 8534 m
Sążeń rosyjski = 3 arszyny = 2·1336 metrów.
Wiorsta = 500 sążni = 1066·8 m

MIARY POWIERZCHNI.

a) metryczne:
Metr kwadratowy (m^2) = 100 dm^2 = 10.000 cm^2 = 1,000.000.000 mm^2
Ar (*a*) = 100 m^3
Hektar *(ha)* = 100 a = 10.000 m^3
Kilometr kw. *(km^2)* = 1.000.000 m^2
(*b*) niemetryczne:
Morg austrjacki = 57·546 a
Morg pruski = 25·532 a
Akr angielski = 40·56? a
Morg polski = 55·987 a
Dziesięcina = 109·25 a
Włóka = 30 mórg = 16 ha = 79·61 a

MIARY OBJĘTOŚCI.

a) metryczne:
Metr sześcienny (m^3) = 1000 dm^3 = 1,000.000 cm^3 = 1,000.000.000 mm^3
b) niemetryczne:
Litr (*l*) = 1.000027 dm^3
Hektolitr (*hl*) = 100 l
Gallon amerykański = 3·7854 l
Gallon angielski = 4·54?5 l
Korzec = 32 garnców = 128 l
Garniec = 4 l
Beczka rosyjska = 40 wiader = 491·96 l

MIARY MASY.

a) metryczne:
Kilogram (*kg*) = 100 dkg = 1000 gr.
Tonna (*t*) = 1000 kg
Cetnar metryczny (*q*) = 100 kg
Dekagram (*dkg*) = 0 01 kg
Gram (*g*) = 0·001 kg
Decygram (*dg*) = 0.1 g
Centygram (*cg*) = 0·01 g
Miligram (*mg*) = 0·001 g
b) niemetryczne:
Funt angielski = 16 uncyj = 7000 gramów = 453·5926 g
Funt austrjacki = 560·01 g
Funt polski = 32 lutów — 405·5 g
Funt pruski — 467·711 g
Funt rosyjski = 1/40 puda = 409·511 gramów.
Karat holenderski = 0·2051 g

SPIS APTEK

w Krakowie i Podgórzu.

1) Apteki w Krakowie dzielą się na 6 grup (cyfry rzymskie), w Podgórzu na 4 grupy (cyfry arabskie).

a) w Krakowie:

I.

APTEKA POD BIAŁYM ORŁEM
Rynek A-B. 45.
APTEKA — ul. Łobzowska 6.
APTEKA POD ŚWIĘTĄ KINGĄ
ul. Grzegórzecka 9.
APTEKA POD ZŁOTYM LWEM
ul. Długa 4.
APTEKA POD MURZYNEM
ul. Krakowska 19.

II.

APTEKA POD SŁOŃCEM
Rynek A-B. 43.
APTEKA POD ESKULAPEM
ul. św. Gertrudy 1.
APTEKA POD MATKĄ BOSKĄ
ul. Krowoderska 74.
APTEKA W DĘBNIKACH
ul. Konopnickiej 1.
APTEKA POD ZŁOTYM ORŁEM
ul. Krakowska 9.
APTEKA — ul. Mogilska 16

III.

APTEKA POD ZŁOTYM TYGRYSEM
ul. Szczepańska 1.
APTEKA POD ANIOŁEM STRÓŻEM
ul. Kościuszki 4.
APTEKA POD TEMIDĄ
ul. Długa 66.
APTEKA POD BARANKIEM
ul. Mikołajska 4.
APTEKA NIEBIESKA
ul. Starowiślna 77.

IV.

APTEKA POD ZŁOTĄ GŁOWĄ
Rynek 13.
APTEKA POD TRZEMA KORONAMI
ul. Retoryka 1.
APTEKA CZTERNASTA
ul. Lubicz 7
APTEKA — ul. Stradomska 6.
APTEKA IM. KRÓLOWEJ JADWIGI
ul. Karmelicka 9.
APTEKA MARJAŃSKA
ul. Kazimierza Wielk. 78.

V.

APTEKA POD KORONĄ
Rynek 22.
APTEKA POD GWIAZDĄ
ul. Florjańska 15.
APTEKA POD OPATRZNOŚCIĄ
ul. Karmelicka 23.
APTEKA WARSZAWSKA
Aleja Królewska 5.
APTEKA POD ANIOŁEM
ul. Dietla 76.
APTEKA IM. ŚW. TERESY
Senatorska 5.

VI.

APTEKA POD ZŁOTYM SŁONIEM
ul. Grodzka 22.
APTEKA POD JAGIEŁŁĄ
Plac Matejki 3.
APTEKA NOWOWIEJSKA
ul. Wybickiego 1
APTEKA POD TRZEMA GWIAZDAMI
ul. Rakowicka 12.
APTEKA STERNBACHA
ul. Dietla 36.

W niedzielę łączą się grupy: I z IV, II z V, III z VI.

b) w Podgórzu pełnią apteki dyżury w nocy na zmianę co 4-tą noc, w niedzielę pełnią 4 apteki w 3 turnusach na zmianę co 3-cią niedzielę (apteka 2 i 4 równocześnie)

1.

APTEKA POD KORONĄ
Rynek 9.

2.

APTEKA POD ORŁEM
Plac Zgody 20.

3.

APTEKA POD OPATRZNOŚCIĄ
ul. Brodzińskiego 1.

4.

APTEKA POD HYGEĄ
ul. Kalwaryjska 27.

2) Dyżury nocne trwają od godz. 8 wieczór do godz. 8. rano; dzienne od godz. 8 rano do godz. 8 wieczór.

3) Apteki nie pełniące dyżurów, obowiązane są umieszczać w miejscu widocznem wywieszki podające do wiadomości publiczności te apteki, które w danej nocy lub w daną niedzielę mają dyżur nocny względnie dzienny. Wywieszki te muszą być punktualnie zmienione, t. j. o godz. 8 wieczór ewentualnie o godz. 8 rano dla uniknięcia błędnego informowania publiczności.

SPIS LEKARZY
W KRAKOWIE

SPIS LEKARZY

zamieszkałych w Krakowie i uprawnionych do wykonywania praktyki lekarskiej.

Abend Józef, choroby wewnętrzne — Rynek Podgórski 11, telefon 126-37.
Abend Wiktor, choroby wewn. — Lwowska 19, telefon 160-99.
Ackerman Adam, ginekolog i akuszer, lekarz kolejowy, Wiślna 5, telefon 103-49.
Adamowicz Paweł Ant. Röntgenolog — Potockiego 5.
Aleksandrowicz Juljan Pr. Szp. św. Łazarza — przy Moście 1.
Altstädterówna Süssel, choroby kobiece i położ. — Krakowska 9, telefon 126-51.
Ameisen Aleksander, chor. płciowe i skórne — Karmelicka 16.
Ameisen Fryderyka, choroby skórne i kosmet. — Sławkowska 9.
Anyszek Jan, Pr. Szp. św. Łazarza — ul. Garbarska 7a.
Armer Wilhelm, choroby wewnętrzne — Bożego Ciała 11.
Arsenicz Roman, ginekolog — Topolowa 27.
Artwiński Eugenjusz, Prof. Dr. neurologji U. J., choroby nerwowe i umysłowe — Batorego 17, telefon 135-73.

Baczak Halina, bakteriologja — Sienkiewicza 3 A.
Bannet Arnold, choroby oczu — Plac Dominikański 2, telefon 115-21.
Bannet Mieczysław — Plac Dominikański 2.
Baranowski Włodzimierz — Tatarska 11.
Barański Emil Antoni, stomatolog — Florjańska 20.
Bartel Alfred, lekarz wojskowy, nie praktykuje — Mikołajska 20.
Bartoszyński Władysław mjr. — Warszawska 16. Szefostwo Sanit. O. K.
Bauminger-Strauchenowa Ida, chor. wewn. i dziecięce — Dietlowska 60, telefon 117-17.
Bednarski Wacław — I Osiedle Oficerskie 34.
Becz Hirsch — Zyblikiewicza 20.
Belert Józef — I Osiedle Oficerskie 36.
Berger D. rentgenolog — św. Tomasza 29. tel. 157-88.

Berhang Maryla, lek.-dentysta — Dunajewskiego 7, telef. 141-71.
Berezowski Tadeusz, — choroby oczu, — Aleja Słowackiego 6, telefon 112-25.
Bernaciński Lucjan, asystent U. J. choroby dzieci — Bonerowska 2.
Białas Roman, chirurgja, lekarz K. O. T. R. — Strzelecka 15.
Bieberstein Aleksander, chor. wewn. — Warneńczyka 3, telefon 140-28.
Bielas Aleksander — Krowoderska 47.
Bielawski Jan, masaż. mech., therapja, ortopedja — Piłsudskiego 7, telefon 101-10.
Bieniasz Jan, prak. szpit. Ub. Sp. — Grzegórzecka 20.
Bieńkiewicz August, choroby wewnętrzne, lekarz szkolny miejski, — pl. Groble 8.
Biernacki Henryk, choroby wewnętrzne, lekarz Ubezp. Społ. — Pierackiego 25, telefon 127-67.
Bilek Mieczysław, lekarz szp. św. Łazarza — Kopernika 17.
Birkenfeld Józef, asystent Kliniki chirurgicznej — Librowszczyzna 7.
Birkenfeld Karol, choroby wewnętrzne i położnictwo — Lwowska 15, telefon 115-34.
Birnbaum Aurelja zam. Goldgartowa, choroby skórne, weneryczne i kosmetyka — Dietla 62, telefon 135-63.
Blanksteinówna Felicja, choroby dzieci — J. Sarego 12, telefon 115-91.
Blassberg Maksymiljan, choroby wewnętrzne — Starowiślna 18, telefon 104-57.
Blech Józef, stomatolog — Brodzińskiego 1.
Bleiweiss Józef, chor. wewn. — Aleja Krasińskiego 6, tel. 182-10.
Błoński Walerjan, choroby wewn. — Rajska 6.
Bluebaum Teofil, rentgenologja — Smoleńsk 25, telefon 148-89.
Bluebaum Wanda, bakterjologja — Smoleńsk 25, telefon 148-89.
Bobak Antoni, choroby wewnętrzne, lekarz Policji Państw. — Karmelicka 45, telefon 128-75.
Bober Antoni, chor. wewn. — Długa 74.
Bobkowska-Czerwińska Helena, choroby wewnętrzne i kobiece — Grodzka 65, telefon 125-77.
Bobrowski Emil, nie praktykuje — Brodowicza 14, telefon 115-50.
Bochner Helena, prakt. szpitala św. Łazarza — Zagrody 8.
Boczar Stanisław Teodor, choroby skórne i weneryczne — Szczepańska 3, telefon 100-11.
Bogucki Leonard — Zyblikiewicza 10.
Böhmerwald Hirsch, choroby wewnętrzne, lekarz Kasy Chorych, Długa 41, telefon 181-81.
Böhmerwald Zofja, prakt. szpit. św. Łazarza — Długa 41, telefon 181-81.
Bornstein Bernhard, choroby nerwowe i umysłowe — Basztowa 10.
Braciejowski Jakób, chor. wewnętrzne i dzieci — Salinarna 22.
Brand Henryk, okulista - J. Sarego 16. Ordyn. ul. Potockiego 8.

Brand Henryk, choroby kobiece i położnictwo — ul. Morawskiego 10, telefon 189-99.
Braun Bronisław, b. asystent oddz. wewn. szpitala św. Łazarza — Bracka 10, telefon 166-66.
Breyer Stanisław, przyrodolecznictwo — Piłsudskiego 36.
Brudzewski Karol, docent okulistyki U. J., prymarjusz Szpitala św. Łazarza — Florjańska 40, telefon 121-14.
Brzezicki Eugenjusz Emiljan Doc., chor. nerwowe i umysł., lekarz Ubezp. Społeczn. — Batorego 7.
Buczyńska zam. Ślączka, chor. kobiece i poł. — św. Jana 2.
Bujak Władysław, docent U. J., chor. dzieci — Długa 58, telefon 123-96.
Bujwid Odo, em. prof. U. J., bakterjolog, dyrektor zakładu szczepień ochronnych — Lubicz 34, telefon 103-01.
Bulanda Apolonjusz Bogusław, prakt. szpit. — Kochanowskiego 2.
Bułat Józef, choroby skórne i weneryczne, lekarz wojskowy — ul. Krzemionki 3.
Burzyński Stanisław, lek. pułk. — Kochanowskiego 2.
Butrym Feliks Adam, ul. Podzamcze 3.
Butrymowicz Nikodem, kom. 5 Szpit. Okręg ul. Wrocławska 11.

Chlipalski Mieczysław, choroby kobiece — Rynek Kleparski 14.
Chłopicki Władysław, asystent Kliniki neurologicznej U. J. — Kopernika 48.
Chowaniec Wanda, choroby wewnętrzne — Miejskie Zakłady sanitarne, ulica Prądnicka 50, telefon 110-75.
Chrzanowski Ignacy — ul. Karmelicka 85.
Chrzanowski Stefan, chirurgja — ul. Kasprowicza 20.
Chudoba Antoni, lek. szkolny — Grzegórzecka 20.
Chudyk Juljan, roentgenologja — Wiślna 9, telefon 117-26.
Ciechanowski Stanisław, anatomja patologiczna, prof. U. J. — Szopena 11, telefon 131-05.
Ciećkiewicz Marjan, chor. wew. i kobiece — Olszyny 9, telefon 119-72.
Cieśla Władysław, asystent Kliniki chirurg. U. J. — Kopernika 36.
Cikowski Stanisław, b. asystent Kliniki ginekologiczno-położniczej, lekarz Kasy Chorych — św. Jana 18, telefon 176-50.
Cisek Adam, pr. Szpit. św. Łazarza — Słoneczna 20.
Cwojdzińska Izabela, as. higieny U. J. — Lubicz 42.
Czadowski Edmund, Stomatolog — Piłsudskiego 11, telef. 118-44.
Czapnicki Henryk, choroby wewnętrzne — Florjańska 8, telefon 147-02.
Czornyj Jan — Czysta 1.
Ćwikliński Alfred, chirurgja — chor. wewnętrzne — Kraszewskiego 12, telefon 102-51.

Dallet Zofja, choroby dzieci — J. Sarego 4, telefon 105-20.
Dąbrowski Ludwik, choroby wewnętrzne — Krowoderska 53.

Dobrowolski Witold, chor. wewnętrzne — Prądnik, ul. Dobrego Pasterza 39, telefon 109-07.
Dobrzański Karol, choroby wewnętrzne — Konarskiego 32, telefon 121-28.
Dominik Kazimierz, lekarz-dentysta — Zyblikiewicza 5.
Dornfeld Henryk, prakt. V szpit. Okręg. — Dwernickiego 6.
Döening Tadeusz, — Arjańska 9, telefon 107-61.
Drobner-Jurowiczowa Czesława Karolina, stomatolog — św. Tomasza 24.
Drohocka Jadwiga, Dunajewskiego 3.
Drochocki Zenon, neurolog — Dunajewskiego 3, telefon 183-80.
Drozdowski Jerzy, kierownik Pogotowia ratunkowego, asystent Kliniki stomatolog. — Lubicz 9, telefon 146-67.
Druker Nesen, lekarz dentysta — Karmelicka 16.
Dulęba Jan — Krowoderska 8.
Dunaj Zygmunt, choroby wewnętrzne, okręg. lekarz miejski — Długa 21, telefon 155-06.
Dyboski Tadeusz, choroby skórne i weneryczne, prymarjusz — św. Tomasza 22, telefon 134-31.
Dym Osias, choroby wewnętrzne — św. Gertrudy 18, telef. 105-58.
Dziuba Stanisław, choroby wewnętrzne — J. Piłsudskiego 9.

Eibenschütz Stanisław, choroby wewnętrz. — Potockiego 12 — telefon 119-01.
Eichenholz Izydor, neurologja — Stradom 29, telefon 163-41.
Eilbaum Mina, prakt. Szpitala św. Łazarza — Sławkowska 23.
Eisele Henryk, bakterjologja — Kremerowska 10.
Eisenberg Filip, bakterjologja, dyr. Państw. zakł. higjeny, lekarz Ubezp. Społ., ul. Dunajewskiego 6, telefon 140-56.
Engel Adolf, choroby wewnętrzne — Dietla 66, telef. 165-98.
Engelstein Izydor, praktykant — Sebastjana 16, telef. 185-77.
Englowa Marja — Dietla 66, telefon 165-98.
Engländer Bernard, choroby kobiece — Dietla 97, telef. 104-71.
Epstein Maurycy, chirurgja i ortopedja — Basztowa 15, tel. 123-64.

Fakler Szyja — ul. Grodzka 2.
Feldmaus Benedykt, chor. wewnętrzne — Brzozowa 6 tel. 165-77.
Feliks Józef, choroby wewnętrzne — Straszewskiego 21, telefon 107-03.
Fenczyn Jan Konstanty — Jabłonowskich 9.
Ferber Herzhaftowa Anna, chor. skórne — Florjańska 47.
Ferber Edmund, Grabowskiego 13.
Ferens Tadeusz, asystent Kliniki ginek. położ. U. J. — Czysta 3.
Fisch Helena, choroby kobiece — Smoleńska 25 A.
Fischel Tobiasz, choroby wewnętrzne — Krakowska 31, telefon 172-46.
Fischhab Izydor — Senacka 10.
Fischer Zygmunt — Brzozowa 20.
Fischer Jan, chor. wewn.,— Michałowskiego 1, tel 174-99.
Fiut Juljan, stomatolog — Rynek Gł. 22, telefon 127-92.

Förster Aleksander, choroby dzieci, lekarz Kasy chorych — św. Marka 18, telefon 114-25.
Förster Władysława, choroby kobiece — św. Marka 18, telefon 114-25.
Förster Stefan, — Kołłątaja 5.
Fränkel-Silberbergowa Berta, choroby skórne i weneryczne — Starowiślna 49, telefon 117-90.
Frenkel Jadwiga, choroby wewnętrzne i dzieci — Gołębia 14.
Friedeker Salomon, stomatolog Al. Słowackiego 54.
Friedman Kalman, choroby wewnętrzne — Paulińska 16.
Friedmann Henryk, choroby wewnętrzne — Wszesińska 3, telefon 117-79.
Frischer Józef, chirurgja — Zwierzyniecka 15, telefon 157-06.
Fuchs Helena Ryfka zamężna Katzowa, choroby dzieci — Parkowa 1b.

Gasiński Józef, asyst. Kliniki chirurg. II. — Kopernika 21.
Gądzikiewicz Witold, higjena, prof. Uniw. Jagiell. — Lubicz 42, telefon 103-02.
Gąsiorowski Stanisław Karol, lekarz fabryki tytoniu — Szlak 42.
Gauza Jan, lekarz-dentysta — Wrocławska 3.
Geld Edward Zbigniew, chirurgja — Biskupia 5.
Geller Jakób — Wolnica 12, telefon 116-76.
Genyk Berezowski Jarosław — Krowoderska 6.
Gerhardt Andrzej, chirurg — Kasprowicza 12.
Gergowich Marjan — Zyblikiewicza 5.
Gettlich Adam, choroby dzieci — Sereno-Fenna 14, telefon 183-89.
Gieszczykiewicz Marjan, bakterjologja, prof. Uniw. Jagiell. — Aleja Mickiewicza 13, telefon 146-45.
Giza Tadeusz, choroby dzieci — Strzelecka 2.
Glazer Henryk, choroby wewnętrzne — Długa 31.
Glasner Ignacy, choroby dzieci — Potockiego 5, telef. 119-04.
Glassner Roman, choroby wewnętrzne — pl. Szczepański 5, telefon 114-62.
Glatzel Jan, chirurgja, prof. Uniw. Jagiell. — św. Tomasza 22. telefon 144-94.
Gliński Marjan — Wygoda 3.
Glińska Wanda, Filarecka 2.
Glück Juda Leib, chor. wewnętrzne, — Wita Stwosza 27.
Głębocka Marja, położnictwo i choroby kobiece — Florjańska 53.
Godlewski Emil, biologja, embrjologja, prof. Uniw. Jagiell. — Aleja Krasińskiego 19. telefon 132-34
Godlewski Marjan, choroby wewnętrzne — Basztowa 1, telef. 124-88.
Godlewski Wacław, bakterjol. choroby dzieci, lekarz miejski J. Lea 15a. telefon 170-79.
Godłowska Zofja — Zyblikiewicza 8.
Godłowski Włodzimierz, neurolog. — Klinika neurolog. U. J.
Godłowski Zbigniew, chor. wewnętrzne, asyst. szpit. św. Łazarza, lek. K. O. T. R. — Rynek Kleparski 5 I p. telef. 182-22.
Gogólski Józef, choroby kobiece, chirurgja — Starowiślna 8.

Goldberger Henryk, chor. kobiece — Jagiellońska 11.
Goldberger Leon, choroby kobiece, położnictwo — Rynek Podgórski 12, telefon 133-14.
Goldblatt Regina zam. Fenigerowa, choroby kobiece i położnictwo — J. Sarego 28.
Goldgart Leon, choroby wewnętrzne — Dietla 62, telefon 103-91.
Godlmann Amalja, choroby wewnętrzne — Wielopole 11, telefon 176-95.
Goldschmied Aleksander — Jasna 10.
Goldschmied Joel — Józefińska 30, telefon 164-30.
Goldstein Dawid, choroby skórne i płciowe — Mikołajska 9, telefon 147-75.
Goldstein Salomon, choroby wewnętrzne — Grodzka 71, telefon 118-45.
Gołąb Jan Kazimierz, prym. szpit. św. Ludwika, choroby dzieci — Zyblikiewicza 5, telefon 110-34.
Gorczewska zam. Stypa Róża — Dietla 86.
Gottlieb Dawid, choroby wewnętrzne — Dietla 68, telefon 128-52.
Gottlieb Gabrjel, roentgenologja — Grodzka 39, telefon 137-81.
Gottlieb Henryka, położnictwo i choroby kobiece — Piłsudskiego 36, telefon 102-49.
Gottlieb Izydor, choroby kobiece i wewnętrzne — Długa 38, telefon 115-00.
Gólski Stanisław Michał, choroby wewnętrzne, st. lekarz miejski — Basztowa 16, telefon 113-15.
Górski Franciszek, choroby kobiece — Piłsudskiego 28.
Grabczak Ludwik, lekarz miejski, stomatolog ord.: — Szpitalna 36, telefon 113-41.
Grabczyński Jan Stefan, chirurgja — Smoleńska 1.
Grabscheid Ludwika — Mikołajska 32.
Gradziński Adam, chor. nerwowe i umysł. — Starowiślna 20, telefon 139-75.
Grażyński Edward, choroby dzieci — Al. Krasińskiego 19.
Gross Ludwik — Pierackiego 9, telefon 136-10.
Grossbard Gustawa zamężna Joffe, prakt. Szpitala św. Ludwika i lekarz Kasy chorych — Dąbrowskiego 3.
Grossbard zam. Lüwschützowa — Sarego 20.
Grudzewski Adam, chor. wewnętrzne — Siemiradzkiego 5, telefon 110-35.
Grünbaum Feliks, chor. nosa, gardła, uszu, i krtani — Starowiślna 64, telefon 160-98.
Grünberg Marja — Mikołajska 32.
Grünhut Berl, choroby wewnętrzne — Dietla 49, telefon 113-04.
Grünhut Józef, choroby kobiece — Jabłonowskich 3, tel. 149-73
Grzybowski Grzegorz, położnictwo, choroby kobiece i wewnętrzne — Długa 4, telefon 112-78.
Gutmanowa ze Spirów Gizela, choroby dzieci — Grodzka 60/II, telefon 126-98.
Gutwiński Stanisław Kazimierz, sekund. szpit. SS. Miłosierdzia — Karmelicka 50, parter, telefon 173-25; ord. od 3—5.30.

Gürtler Wojciech, lekarz miejski — Szlak 16 b.

Haas Adolf, choroby wewnętrzne — J. Sarego 10, telefon 126-92.
Haber Maurycy, stomatolog — Grodzka 32.
Haber Zygfryd — św. Krzyża 7.
Haberfeld Erwin — Rakowicka 4, telefon 170-72.
Habicht Kazimierz, choroby wewnętrzne — ul. Wybickiego telefon 131-95.
Hano Józef, farmakol. — św. Tomasza 26.
Hackbeil Bronisław, choroby wewnętrzne i kobiece — Starowiślna 17.
Hausmann Artur, prakt. Szpit. św. Łazarza — Dwernickiego 4. telefon 168-51.
Hanzel Jakób, ortopeda — Zyblikiewicza 9.
Halpern Rachela, prakt. Szpitala św. Łazarza — Powiśle 12.
Heilpern Leonard, choroby wewnętrzne — św. Gertrudy 10, telefon 105-26.
Heller Tadeusz. choroby kobiece i położnictwo — Dietla 99, telefon 118-82.
Herschdörfer Ozjasz, choroby wewn. — Dietla 58, telefon 143-99.
Herzhaft Stanisław, ginekologja i położnictwo — Florjańska 47, telefon 169-69.
Herzog Jakób Oskar, chor. wewn. — Dietla 97.
Heumann Zygmunt, choroby wewnętrzne — Al. Krasińskiego 12, telefon 132-98.
Hilfstein Chaim, choroby wewnętrzne — I. Sarego 24, telefon 113-73.
Hirsch Chana Estera — Dietla 59.
Hirsch Leon, chor. skórne, kosmetyka — Krakowska 13.
Hirschhorn Helena — Dwernickiego 1.
Hirschtal Marja, choroby dzieci — Legjonów 4.
Hochbaum Ignacy, lekarz Pogotowia Ratunkowego, choroby wewn. i analizy lekarskie — Dwernickiego 4, telefon 149-76.
Hochmann Stefanja, choroby dzieci — Bonerowska 3, telefon 172-07.
Holländer Ernestyna, choroby wewnętrzne — Karmelicka 48.
Holländer Ewa, prakt. Szpitala św. Łazarza — Potockiego 9.
Hornicki Paweł — Bohdana Zaleskiego 10.
Horodyński Józef, chor. nerw. i umysł. — Kopernika 48.
Horowitz-Wansteinowa Lila, choroby skórne i płciowe i kosmetyka lekarska — Wielopole 10.
Horowitz Maksymiljan, prakt. Szpitala św. Łazarza — Jasna 7.
Hoyer Henryk, anatomja porównawcza, histologja, prof. U. J. — Wyspiańskiego 10.
Hoffówna Róża, choroby wewnętrzne, lekarz II kliniki chor. wewnętrznych U. J. — św. Sebastjana 29.

Immerglück-Haberowa Dora, stomatolog — Grodzka 32.
Imich Stanisław, roentgenologja — mieszka: Kremerowska 12; ordynuje: Batorego 5.
Iwanicki Kazimierz, lekarz wojskowy — Piłsudskiego 7.

Jabłoński Antoni, choroby wewnętrzne, naczelny lekarz kolej. — Kremerowska 3, telefon 114-76.
Jakobsohn Leopold, choroby kobiece i położnictwo — Potockiego 12, telefon 130-82.
Jakóbiec Mieczysław — Bernardyńska 11.
Janczewski Jan — Jabłonowskich 12.
Jankowski Stanisław, psychjatra, lekarz sądowy — Szewska 22, telefon 112-55.
Jasieńska Anna, pedjatrja — pl. Matejki 6, telefon 171-64.
Jasieński Jerzy, chirurg. prym. Szpt. Ubezp. Sp. — pl. Matejki 6.
Jastrzębski Juljan, choroby wewnętrzne, położnictwo — Zwierzyniecka 30.
Jaśkiewicz Jan, lekarz dentysta — Florjańska 19.
Jaskólska Justyna chor. dzieci — Mogilska 16, telef. 189-29.
Józefczak Józef, chor. wewn. — Szlak 51.
Jurowiczowa Czesława, stomatolog — Zwierzyniecka 7.
Junger Jakób, choroby wewnętrzne — Krakowska 9.
Jurkowicz Izaak, choroby wewnętrzne — Wrzesińska 9.

Kaczyński Henryk, asyst. zakł. med., sąd. U. J. — Topolowa 42, telefon 162-01.
Kaczyński Stanisław, bakterjolog. — Karmelicka 29.
Kader Bronisław, prof. Uniw. Jagiell., chirurgja — Basztowa 4.
Kajzer Adolf, chor. skórne i płciowe — Karmelicka 11, telefon 109-29.
Kanarek Jerzy, b. asystent Kliniki chirurg. — Karmelicka 34.
Kania Feliks lek. pow. — Starostwo.
Kania Władysław, choroby wewnętrzne — Karmelicka 40.
Kania Henryk, chirurg asystent U. J. — Strzelecka 17.
Karasiński Stanisław, choroby wewnętrzne — Radziwiłłowska 4. telefon 147-77.
Karelus Kazimierz, choroby oczu, prymarjusz Szpit. OO. Bonifratrów — Basztowa 1, telefon 127-44.
Katyńska Irena Henr., chor. skórne i wener. — Wielopole 26.
Katzowa Rena, lek. chor. dzieci — Parkowa 1, telef. 118-40.
Kaufer Efroim, prakt. Szpitala św. Łazarza — Śląska 5.
Katzner Józef, choroby wewnętrzne — Krakowska 32, telefon 127-53.
Kaulbersz Jerzy, Prof. fizjologji Uniw. Jagiell. — Grzegórzecka 16.
Keller Tadeusz Mieczysław, Doc. Uniw. Jagiell. ginekologja i położnictwo — św. Tomasza 22, telefon 118-00.
Kelhofer Artur, chor. kobiece, położnictwo — Al. Krasińskiego 4, telefon 184-66.
Kepler Wiktor, choroby wewnętrzne — Legjonów 12, tel. 120-31.
Kiełczewski Stanisław, chor. dzieci — lek. Ubezp. Społ. — Al. Krasińskiego 12.
Kirschner Józef, neurologja — Karmelicka 10.
Klassa-Brunicki Eugenjusz Karol, choroby gardła i nosa — Basztowa 9.
Kluczyński Jerzy Marceli — Lubelska 22.

Klimek Stanisława lek. — Traugutta 13.
Kluger Władysław, choroby wewnętrzne — Sobieskiego 10, telefon 121-54.
Kłeczek Stanisław chor. wewn. i kobiece — Litewska 6, tel. 178-14.
Kłosowski Stanisław, choroby wewnętrzne — Bracka 11.
Knoreck Jan, chirurgja, urolog — A. Potockiego 3, telefon 133-20.
Koch-Kowalikowa Karolina, choroby oczu, asystent Kliniki Uniw. Jagiell.
Kochmański Stanisław Lek. — Krakusa 15.
Kocwa Juljusz, choroby wewnętrzne, lekarz w Wojew. — Długa 34.
Kon Maksymiljan, choroby wewnętrzne — Sienkiewicza 7, telef. 156-14.
Kon Hanna — Słoneczna 4.
Kon Regina M. — Wrzesińska 11.
Kolber Roman, choroby dzieci — Starowiślna 28, telefon 160-68.
Kołodyńska Zdzisława, choroby dzieci, Al. Krasińskiego 8.
Komorowski Bolesław, chor. wewn., st. lek. miejski, Lelewela 6, tel. 104-19.
Koniar Tadeusz — Bracka 5.
Konstantynowicz Antoni — Senacka 11.
Konstantynowicz Erazm — Senacka 11.
Korabczyńska Bronisława, roentgenologja — Batorego 1.
Korczyński Ludomir, prof. Uniw. Jagiell., choroby wewnętrzne, balneologja — Sobieskiego 16 c, telefon 130-11.
Korngold-Rosenowa Regina, choroby wewnętrz., Kochanowskiego 12.
Korolewicz Bolesław, choroby wewnętrzne — Biskupia 4, telefon 125-78.
Korolowa Stefanja, choroby kobiece i położn. — Pl. WW. Świętych 11.
Korta Stanisław, prakt. klin. — Karmelicka 50.
Kościuszkowa Janina, choroby dzieci — Krowoderska 11, telefon 139-39.
Kosiński Mieczysław, chirurgja — ortopedja — mieszka: Łobzowska 39; ordynuje: św. Filipa 15, telefon 146-96.
Kost Jakób Izydor, choroby skórne, roentgenologja — Kapucyńska 3.
Kostanecki Kazimierz, prof. Uniw. Jagiell., anatomja opisowa — Sienkiewicza 20, telefon 102-14.
Kostecki Jan, choroby dzieci — Florjańska 15, telefon 128-00.
Kostrzewski Józef, Prof. U. J., prymarjusz Szpitala św. Łazarza, choroby zakaźne — Zygmunta Augusta 3, telefon 164-25.
Kotulski Ludwik, choroby wewnętrzne i kobiece — Tarłowska 5.
Kowalczyk Jan Ludwik, chirurgja — Grzegórzecka 16.
Kowalski Marjan, choroby wewnętrzne — Pędzichów 13.
Kowenicki Walerjan, choroby wewnętzne i kobiece — Karmelicka 7/II., telefon 123-42.
Kraft Emil, choroby oczu, kierownik poradni dla uczniów szkół średnich — Bonerowska 5.
Kragen-Schuldenfreiowa Marja, chor, wewnętrzne — Stradom 25.
Kramarzyński Adam, choroby wewnętrzne, lekarz szkolny miejski — Mikołajska 26, telefon 125-14.

Krauze Marja z domu Kowalczyk, choroby wewnętrzne i kobiece — Karmelicka 29.
Krawczyk Eugenjusz, major-lekarz — Rakowicka 29.
Kränzler Mina, choroby skórne i wener. — J. Sarego 28, telefon 166-49.
Kręcina Jan — Pl. Matejki 9.
Kraszewski Wacław chirurgja — Kopernika 21.
Kril Alfred Al. Słowackiego 14, telefon 161-90.
Krokiewicz Antoni, b. prymarjusz Szpitala św. Łazarza, choroby wewnętrzne — Kapucyńska 5, telefon 104-54.
Kropaczek Franciszek Wilhelm, choroby wewnętrzne — Starowiślna 21.
Krudowski Stefan Marceli, lekarz wojskowy, ordynator oddziału umysłowo-nerw. Szpitala O. 5 — Długa 23, tel. 128-11.
Krupiński Mieczysław, chirurgja — Kopernika 36.
Ksyk Stanisław, prakt. Szpitala św. Łazarza — Strzelecka 2.
Kubacki Józef — Batorego 5.
Kubiczek Mieczysław, choroby wewnętrzne — św. Krzyża 10, telefon 139-11.
Kubijowicz Bohdan lek. — Pasterska 27.
Kukulski Zbigniew — Krowoderska 21.
Kulczycki Józef — roentgenologja — Wenecja 2.
Kulig Zygmunt chor. wewnętrz. — Pl. Szczepański 2. tel. 161-88.
Kułakowski Wojciech, chor. wewnętrz. lekarz kolej. — J. Lea 23, telef. 164-04.
Kumor Henryk, asyst. Szpit. św. Łazarza — Batorego 22.
Kupczyk Bernard, neurologja i fizykalna terapja — Szujskiego 11, telefon 112-95.
Kurtz Zygmunt, chor. wewn. i dzieci — Sandomierska 5, telefon 116—40.
Kusiak Marjan, ul. Basztowa 4.
Kwiatkowski Stanisław, choroby wewnętrzne i chirurgiczne, lekarz sądowy — plac Matejki 6, telefon 114-01.

Lachs Jan, choroby kobiece — Jasna 7, telefon 102-35.
Lachs Romuald, urologja — Tomasza 30.
Landau Ada Róża, choroby gardła i uszu — J. Sarego 11/I., telefon 131-53.
Lichtig Anna, choroby dzieci — Gertrudy 2.
Landau Zygmunt — Zyblikiewicza 19. chor. nerw. i wew. Telefon 112-83.
Landau Jan, choroby dzieci, dyr. Szpitala Izraelitów — św. Gertrudy 9. telefon 114-33.
Landau Maurycy, choroby wewnętrzne — Wielopole 11, telefon 112-31.
Landau Rafał, choroby dzieci — Starowiślna 8. telefon 104-91.
Lande Jakób — Starowiślna 95.
Lanner Leon, choroby kobiece i położnictwo — Grodzka 26, telefon 182-44.
Landfisch Saul — Kołłątaja 5.

Lanota zamęż. Michalikowa Ernestyna Fr., choroby kobiece i położnictwo — Jabłonowskich 2, telefon 111-89.
Laser Debora, choroby wewnętrzne — Miodowa 22.
Laszczka Czesław, asyst. Klin. chorób wewnętrznych U. J. — Żmujdzka 23.
Laszowski Stanisław, okulista — Rakowicka 11a.
Latała Jan, chirurgja — Mikołajska 16.
Latkowski Józef, prof. Uniw. Jagiell., dyrektor Kliniki chorób wewnętrznych — Pańska 5, telefon 112-30.
Lauer Aleksander, choroby uszu, nosa, ust i gardła — Potockiego 13, telefon 110-94.
Lehrhaft Dawid, chor. wewn. i przemiana materji — Łobzowska 15, telefon 157-44.
Leiman Kazimierz, chor. skórne i weneryczne — Szopena 25.
Leinkram zam. Goldberger Marja chor. wewnętrzne — Wielopole 30, telefon 151-46.
Leinkram Michał, choroby wewnętrzne — św. Sebastjana 22, telefon 106-36.
Leinkram Zygmunt, choroby wewnętrzne — Wrzesińska 7, telefon 102-40.
Leschmann Zofja — Kazimierza W. 142.
Leuchter Wolf Hirsch, choroby weneryczne i skórne — Straszewskiego 2, telefon 127-20.
Lewkowicz Ksawery, prof. Uniw. Jagiell., choroby dzieci, ord. od 4—5 popoł. — Krowoderska 19, telefon 135-02.
Libanowa Franciszka — Starowiślna 28, telefon 161-77.
Libman Edward, choroby wewnętrzne — Pierackiego 23. telefon 125-02.
Liebeskind Józef choroby kobiece — Starowiślna 6, tel. 104-03.
Liebeskind Zygmunt, choroby przem. mat. i serca — Starowiślna 6.
Lindenfeld Leopold, chirurg-urolog — Dunajewskiego 7, telefon 148-00.
Lisowska-Tesarzowa Walentyna Teofila, stomatolog — Karmelicka 9.
Liwszyc Samson Stanisław, choroby wewnętrzne — J. Sarego 20/I., tefefon 127-76.
Liwszyc Salomea, chemja i bakterjologja — J. Sarego 20.
Löffelholz-Fleischmanowa Chana, stomatolog — Zamojskiego 26.
Löw Matylda, choroby wewnętrzne — Dietla 111.
Löwenhoffowa Stefanja, choroby dzieci — Al. Słowackiego 66/I. telefon 155-55.
Löwenhoff Konstanty, bakterjologja — Aleja Słowackiego 66/I. telefon 155-55.
Lorenz Tadeusz — Radziwiłłowska 26.
Loewenberg Jakób, choroby wewnętrzne i kobiece — Zwierzyniecka 9/II.
Ludmirski Zygmund, choroby wewnętrzne i dzieci, lekarz szkolny — Karmelicka 31.
Luster Leon, choroby skóry, kosmet. lekarska — Florjańska 37.
Lustig Juljan, fizjoterapja — plac Szczepański 5, telefon 112-56.

Łapiński Stanisław, choroby wewnętrzne, prymarjusz Szpit. OO. Bonifratrów — Basztowa 9. telefon 133-53.
Łęczycki Aleksander, analizy — Dunajewskiego 6, telefon 116-22.
Łomiński Iwo Robert Wacław. chor. wewn. Zwierzyniecka 27.
Łopaciński Michał, choroby wewnętrzne — św. Marka 5, telefon 101-09.

Machauf Edward, choroby gardła, krtani, nosa, uszu — Jagiellońska 9, telefon 118-22.
Maciąg Adam, choroby wewnętrzne, lekarz-pułkownik — Basztowa 1, telefon 112-45.
Macieszyna z Jeleńskich Sabina, choroby nerw. i umysł. — Plac Jabłonowskich 2.
Magiera Tadeusz, chirurg — I. osiedle oficerskie 54.
Majewicz Edmund, choroby wewnętrzne — Straszewskiego 24, telefon 111-88.
Majewski Kazimierz, prof. Uniw. Jagiell., choroby oczu — Dunajewskiego 6, telefon 113-19.
Malanek Edward, choroby wewnętrzne — Halicka 15.
Malinowski Alojzy, choroby dzieci — Piłsudskiego 6.
Malinowski Marjan, klin. ginekol. — Mogilska 16.
Malkiewicz Zdzisław, choroby dzieci — św. Anny 3, tel. 116-18.
Małkiewicz Edward, choroby wener. i płciowe — Al. Słowackiego 54.
Mamczyn Włodzimierz, choroby skórne i wener. — Zamenhoffa 11.
Maniewski Jerzy, prakt. Szpitala św. Łazarza — Jabłonowskich 6.
Mańkowska Marja — Jabłonowskich 3, telefon 124-30.
Marcinkowski Włodzimierz, choroby wewnętrzne — Podwale 1.
Marcyaniak Franciszek, choroby skórne i weneryczne — A. Potockiego 2.
Margulies Wolf, choroby wewnętrzne — św. Agnieszki 2/II., telefon 123-36.
Markowa Ada Rutkowska, chor. kobiece i położnictwo, Dyr. Państwowej Szkoły Położnych — Długa 6, telefon 111-61.
Maschler Henryk, choroby oczu — Starowiślna 41.
Masny Ignacy, b. lekarz wojskowy — Szlak 8.
Mayer Tadeusz — Zamojskiego 25.
Mazanek Henryk, chirurgja, kapitan W. P. — Dunajewskiego 3.
Mazanowski Adam, choroby wewnętrzne — Zamenhoffa 1.
Maziarski Stanisław, prof. Uniw. Jagiell. histologja, choroby skórne i weneryczne — Łobzowska 4, telefon 125-64.
Mądraszkiewicz Marjan choroby oczu — Kopernika 38.
Mączka Zofja, roentgenologja — Szlak 55.
Medyński Władysław, choroby nerwowe i umysłowe — Biskupia 2, telefon 105-59.
Merunowicz Tadeusz, stomatolog — Karmelicka 14.
Merz Alfred, choroby dzieci, lekarz szkolny miejski — Starowiślna 1, telefon 104-42.
Mester Adolf Jakób, choroby wewnętrzne — Wrzesińska 8. telefon 158-93.

Metyński Ignacy, choroby wewnętrzne — Siemiradzkiego 15.
Michalik Kazimierz Edward, choroby wewnętrzne — Pl. Jabłonowskich 2.
Michalski Wiktor, stomatolog — Barska 7.
Mintz Bernard, choroby kobiece — Rajska 20.
Miodoński Jan Józef, choroby gardła, Doc. U. J. — Garbarska 13, telefon 179-11.
Michejda zam. Baranowska Zofja, chor. kobiece i poł. — Tatarska 11.
Mirek Roman Józef — Kołłątaja 5.
Mirowska Eugenja — Stolarska 6, telefon 139-83.
Mirowski Abraham, choroby oczu — Stolarska 5.
Mirtenbaum Leon, stomatolog — Basztowa 15.
Missona Krzysztof, choroby skórne i weneryczne — Krupnicza 18.
Młynarkiewicz Juljusz — Zduńska 16.
Morawski Marjan, Prądnicka 6.
Morgenstern Marek, choroby wewnętrzne — Wybickiego 1 A, telefon 155-56.
Morus Adam — Lwowska 44, telefon 164-67.
Mostowska Zofja — Lubicz 34.
Mulowski Tadeusz lekarz K. O. T. R., b. asystent oddziału chorób, skórnych i wener. — Wybickiego 1a, telefon 176-87.
Murczyński Władysław, choroby wewnętrzne — Starowiślna 23. telefon 112-17.
Müntz Alfred, chor. skórne i weneryczne — Szewska 9.
Münz Emil, choroby skórne i weneryczne — Szewska 9.
Myconń Mieczysław, chirurgja — Słoneczna 15.

Nattel Ella chor. dzieci praktykant Szpitala św. Łazarza — Orzeszkowej 9.
Neumann Aleksander — Lubomirskiego 23, telefon 107-78.
Neuwelt Stanisław — Zamojskiego 28. telefon 124-47.
Niemiec Józef — Kopernika 7.
Niekrasz zamęż. Sokołowska Anna Stanisława — Basztowa 24.
Niewola-Staszkowski Jan, ginekolog i chor. kobiece — Rynek Podgórski 9, telefon 146-10.
Nodzyński Tadeusz, chor. uszu, gardła, nosa — Warszawska 1. telefon 172-12.
Nowak Juljan, prof. bakterjologji U. J., nie praktykuje — Wyspiańskiego 9, telefon 125-10.
Nowak Gustaw, choroby kobiece — Kopernika 7.
Nowak Marjan Jozef, chirurgja — Felicjanek 10, telefon 183-93.
Nowak Stanisław, ginekolog położ. — Twardowskiego 87.
Nowak Tadeusz, choroby dzieci — Józefitów 21.
Nowakowski Władysław, laryngolog — Strzelecka 9, lekarz K.O.T.R.
Nowicki Jarosław — Zyblikiewicza 5.
Nowicki Stanisław, Docent Kliniki chirurg. U. J., Prymarjusz Szpitala OO. Bonifratrów — ul. Piłsudskiego 34. telefon 165-53.
Nowosielski Włodzimierz, choroby wewnętrzne — Wiśniowa 10. telefon 127-79.

Nüssenfeld Józef, chirurgja i urologja — Karmelicka 20, telefon 135-02.
Nykliński Mieczysław, choroby wewnętrzne asystent II. kliniki wewn. U. J. — Stolarska 13.

Obst Stefan, chirurg — Lubelska 31.
Olbrycht Jan Stanisław, prof. Uniw. Jagiell., medycyna sądowa — Al. Słowackiego 15, telefon 143-06.
Orwicz Mieczysław, chirurg — Kopernika 40.
Osiek Bernard, choroby dzieci — Rynek Gł. 24.
Oszacki Aleksander, Prof. Uniw. Jagiell., choroby wewnętrzne — Krupnicza 10, telefon 123-06.
Oszast Zbigniew, choroby skórne — Kopernika 48.
Owczyński Tadeusz, choroby wewnętzne — Lubicz 34, telefon 158-26.
Owsiński Józef, naczelny lekarz miejski — Gołębia 2, telefon 114-99.

Pachoński Antoni, choroby gardła i uszu — Potockiego 4, telefon 133-75.
Paklikowski Bronisław, choroby wewnętrzne i kobiece — Pędzichów 19.
Pakowska Zofja, stomatolog — Straszewskiego 24.
Parfanowicz Konstanty — Topolowa 33.
Pasierbiński Stefan Franciszek, choroby oczu — Długa 22.
Paster Zygmunt, choroby kobiece i położnictwo — Karmelicka 28, telefon 128-13.
Paszkowski Stanisław, neurolog — Kopernika 48.
Pawliger Leon, chirurgja, lekarz Ubezp. Sp. — J. Sarego 24, telefon 144-95.
Pawłowska Helena Irena, choroby dzieci — Zyblikiewicza 5.
Pechner Henryk, choroby wewnętrzne — Krakowska 4, telefon 146-56.
Pechnerowa Marja, choroby wewnętrzne — Zyblikiewicza 10.
Piątkowski Juljusz, stomatolog — Basztowa 23.
Pieczarkowski Marjan — Grzegórzecka 16.
Pieczenko Borys, Doc. U. J. — Al. Mickiewicza 13.
Piekarska Marja, choroby oczu — Kopernika 38.
Pieńkowski Stefan, choroby nerwowe i umysł. Prof. U. J. — Botaniczna 1.
Pilecki Łazarz, choroby skórne i weneryczne, inspektor sanitarno-obyczajowy w Wojew. krakowskiem — Asnyka 3, telefon 146-06.
Pinkusfeldowa Regina (Reich), choroby dzieci — św. Sebastjana 7, telefon 116-63.
Piotrowski Kazimierz, choroby kobiece — Długa 60.
Piotrowski Ludwik, prak. Szpitala św. Łazarza — Garncarska 9.
Pisarski Tadeusz, operator-urolog., Doc. U. J. — Długa 29, telefon 132-46.
Pisek Halina, chor. dzieci — Starowiślna 39.

Pisek Henryk, choroby wewnętrzne, okręg. lekarz miejski — Lwowska 17, telefon 125-95.
Pisek Leon, stomatolog — Pl. Dominikański 1.
Pizeles Dawid, prakt. Szpitala św. Łazarza — Salinarna 6.
Pleszowski Ignacy, choroby wewnętrzne — Jabłonowskich 22.
Pochopień Franciszek, choroby dziecięce — Łagiewnicka 52.
Podłęski Walenty, stomatolog — Basztowa 3.
Podwińska Marja, stomatolog — Wybickiego 1 a.
Podwiński Stanisław, stomatolog, b. asyst. Kliniki stomatol. — Wybickiego 1.
Podworski Edward, choroby oczu — Krowoderska 8.
Pogonowski Bolesław, położnictwo i choroby kobiece — Basztowa 23, telefon 144-78.
Polaczkówna Elżbieta, stomatol. — ul. Retoryka 26.
Polek Aleksander, chor. dzieci i wewn. — Dębniki, Różana 9, telefon 181-78.
Pomeranz Henryk — ul. Kościuszki 16.
Popek Walenty, choroby gardła, nosa i uszu, — Karmelicka 52.
Porański Roman — ul. Krowoderska 77.
Porański Wilhelm, stomatolog — św. Marka 27, telefon 110-12.
Porzycki Jan — Wasilewskiego 9.
Poźniak Stanisław, choroby wewnętrzne i dzieci — lekarz szkolny miejski — Potockiego 13, telefon 104-74.
Praetzel Gustaw, lekarz dentysta — Rynek Główny 24, tel. 111-84.
Prusek Rudolf, choroby wewnętrzne — Blich 8.
Przetacznik Jan, chirurgja — Osiedle Ofic. 2.
Przeworski Stanisław Mieczysław, choroby gardła i uszu — Florjańska 39.
Przybyłkiewicz Zdzisław Roman, bakterjol. — ul. J. Lea 17.
Ptak Stanisław, Dyrektor Lecznicy Związkowej — Garncarska 11.
Pufeles Bruno, chor. uszu, krtani, gardła — Długa 34, telefon 158-10.
Pyrka Manswet, lekarz-dentysta — Karmelicka 6.

Rabinowicz Bronisław — Zyblikiewicza 5.
Rajchel Telesfor, — Kopernika 48.
Ralski Lesław, choroby wewnętrzne — Zyblikiewicza 5.
Redo Aleksander, choroby wewnętrzne — Felicjanek, 6, tel. 182-57.
Reguła Zygmunt Władysław — Arjańska 13.
Reich Karol, choroby wewnętrzne — Filipa 12, telefon 158-80.
Reich Ryszard, chor. wewnętrzne i kobiece — Potockiego 12.
Reichan Jerzy — Syrokomli 11.
Reichert Janina zamężna Romanowa, chor. skórne, weneryczne, kosmetyka — Szujskiego 6.
Reich-Pinkusfeld Regina, choroby dzieci — Sebastjana 7.
Reiner Otmar, choroby wewnętrzne — Szpitalna 38, telefon 123-49.
Reiss Henryk Jan, choroby skóry, docent Uniw. Jagiell., — Krupnicza 5.
Remin Stanisław, chor. wewnętrzne, lekarz miejski — Sienkiewicza 14.

Richterówna Marja — Zyblikiewicza 5.
Ritter Jakób, choroby dzieci — św. Gertrudy 18, telefon 118-90.
Rogalski Tadeusz, choroby nerwowe i umysłowe — Basztowa 3, telefon 105-75.
Roman Stanisław, choroby wewnętrzne — Szujskiego 6/I.
Romanowski Jan — Al. 29 Listopada 70.
Rosenbaum Basia, choroby skórne — Librowszczyzna 1.
Rosenblatt-Molknerowa Eleonora Rachela, choroby wewnętrzne — Czysta 16, telefon 147-84.
Rosenhauch Edmund, choroby oczu — Juljusza Lea 10, telefon 102-71.
Rosenzweig Henryk Naftali, choroby skórne i płciowe — Zwierzyniecka 11/I, telefon 128-04.
Rosenzweig z Heckerów Helena, choroby dzieci — Zwierzyniecka 11/I, telefon 128-04.
Rost Bronisław, choroby nerwowe — Rynek Kleparski 4, „Feniks", telefon 126-75.
Rotówna Marja, prakt. szpit. U. Społ. — Jabłonowskich 20.
Rothkopf Franciszka — Grzegórzecka 34 a.
Rowiński Tadeusz, lekarz-dentysta Wojew. — pl. Jabłonowskich 3, telefon 105-46.
Rubczyńska Janina Alfreda Ewa, choroby wewnętrzne — Jabłonowskich 6.
Rubinstein Amalja zam. Jurkowiczowa, choroby kobiece i położnictwo — Wrzesińska 9, telefon 134-80.
Rubinstein Dawid, sekundarjusz Szpitala św. Łazarza — Dietla 99, telefon 178-64.
Rubinsteinowa Dora, choroby dzieci — Dietla 99.
Rusinek Stefan, — Mieszczańska 7.
Rutkowski Maksymiljan, prof. Uniw. Jagiell., chirurgja — Długa 6, telefon 103-71.
Rychliński Wacław, choroby kobiece i położnictwo — Aleja Słowackiego 9, telefon 120-20.
Rychwicki Włodzimierz, higjena — Tomasza 29.
Rydygier Józef — Jabłonowskich 12.
Ryglicki Stefan Roman, choroby wewnętrzne — Kochanowskiego 18.

Salak Bolesław, nacz. Wydz. Zdr. Woj. Krak. Kościelna 8.
Salamon Samson, choroby wener. i skórne — św. Krzyża 7/I.
Sas Adolf, chirurgja — Pańska 10/II, telefon 127-66.
Schell Michał, okulista — Szewska 21.
Schenker Ignacy, chirurgja i urologja — św. Gertrudy 16, telefon 125-47.
Scheindlingerówna Marja, choroby skórne — plac Wolnica 5.
Schinagel Emil, choroby dzieci — Filipa 6.
Szlank Józef, choroby kobiece i położnictwo — Dunajewskiego 3, telefon 124-09.
Schmiedt Emeryk — Grzegórzecka 16.
Schmelkes Beno — Jasna 4.
Schneebaum Artur, choroby uszu i gardła — Karmelicka 11.

Schneider Jan, choroby dzieci — Zwierzyniecka 19.
Schneider Ludwik, choroby wewnętrzne — Florjańska 34, telefon 101-77.
Schnelauer Artur — Karmelicka 11.
Schornstein Helena zamężna Chudyk, Szpital św. Łazarza — Wiślna 9, telefon 130-16.
Schönberg Marja, choroby wewnętrzne — Plac Zgody, 7, telefon 182-58.
Schönberg Maks, prakt. Szpitala św. Łazarza — Librowszczyzna 6.
Schreiber Józef, choroby kobiece i położnictwo — Długa 10.
Schuldenfrei Izaak, choroby wewnętrzne — Zyblikiewicza 17.
Schützer Zbigniew, chirurg — Kopernika 36.
Schwarz Stefan, ginekologja — Zamenhofa 8, telefon 177-16.
Schwarz Zygfryd, choroby wewnętrzne — J. Sarego 11, tel. 128-23.
Szwarzbart Adolf, choroby gardła, uszu, zaburzenia głosu i mowy — Starowiślna 4, telefon 131-19.
Schwarzbart-Feldblum Bronisława, choroby skórne i kosmetyka — Krupnicza 3, telefon 148-54.
Sedlaczek Komorowski, — plac Matejki 5.
Sędzielowski Józef, stomatolog — Dunajewskiego 6, telefon 113-03.
Sędzimir Aleksander, położnictwo — Plac Matejki 5.
Seligsohn Abraham, choroby wewnętrzne — Sebastjana 13.
Seelenfreund Czesława — Kołłątaja 8.
Siedlecki Feliks, choroby wewnętrzne, Doc. Uniw. Jagiell. — Basztowa 1, telefon 119-80.
Sieppel Ludwik, stomatolog — Straszewskiego 26, telefon 102-39.
Sikorska Aurelja, choroby nerwowe i umysł. — Pierackiego 29. telefon 135-11.
Sikorska Helena, choroby wewnętrzne, lekarz szkolny miejski — ul. Pawła Popiela Nr. 6 m. 4.
Sikorski Stanisław, choroby wewnętrzne, st. lekarz okręg. miejski, — Rynek Podgórski 9, telefon 120-54.
Silber Erna zamężna Landauowa, roentgenolog — Starowiślna 29.
Silberberg Leon, choroby wewnętrzne—Starowiślna 49, tel.117-90.
Silberberg Berta, choroby skórne i kosm. — Starowiślna 49, telefon 117-90.
Silberberg Stefanja, choroby wewnętrzne — Starowiślna 41.
Silberfeld Anna Regina, stomatolog — Syrokomli 5. ord. Mostowa 10.
Silberring Majer Jonasz, choroby oczu — Sławkowska 30, telefon 161-93.
Singer Henryk, choroby wewnętrzne — J. Sarego 19, telef. 121-89.
Skałba Henryk — K. S. Bandurskiego 6.
Skąpska Anna, asystent Kliniki okulistycznej — Bracka 4.
Skórczewski Witold, choroby wewnętrzne — Smoleńska 13.
Smreczyńska zamęż. Wisłonek Janina — Krowoderska 61a.
Sobieszczański Ludwik — S. Fenna 10, telefon 176-70.
Sokołowski Adam, asyst. I. Klin. chor. wewn. — Basztowa 24.
Sokołowska Helena, choroby wewnętrzne, lekarz szkolny miejski, Łobzowska 7.

Solecka Marja Anna, lekarka szkolna — Grottgera boczna 9.
Sommerstein Chaim, stomatolog — Zwierzyniecka 21, tel. 182-46.
Sommerstein Józef, choroby skórne — Bandurskiego 20.
Spanauf Emil, lekarz-dentysta — Długa 4, telefon 139-58.
Spira Józef, choroby gardła, nosa i uszu — Basztowa 23, telefon 114-98.
Spira Rafał, choroby gardła, nosa i uszu — Pijarska 5.
Spira Grüna Lewingerowa, choroby wewnętrzne i dziecięce — Paulińska 26, telefon 113-07.
Spiss Jugendfein — Szlak 38.
Spissowa Marja, higjena — laboratorjum chemiczne Sławkowska 11. tel. 145-65.
Spoczyńska Jadwiga, choroby dzieci — Szlak 14 b, tel. 181-02.
Spritzer Marceli, roentgenolog — Al. Krasińskiego 6.
Sroka Izrael, choroby wewnętrzne — Al. Słowackiego 1, telefon 149-05.
Starzewski Wojciech Ludwik Józef, asyst. Klin. ginekol.-położn. — Kopernika 7.
Stanoch Adolf, podpułk. lekarz — II. Osiedle ofic. 6.
Stanoch Franciszka, choroby kobiece — Osiedle ofic. 6/II.
Stanowski Józef, choroby wewnętrzne — Łobzowska 45, telefon 174-42.
Statter Józef, choroby dzieci — Karmelicka 46, telefon 117-76.
Stawiarska Gabrjela, prakt. Szpit. św. Łazarza, lekarka szkolna — Wygoda 7.
Stecki Henryk — Bronowice W.
Steinberg Leon, choroby kobiece, położnictwo — Starowiślna 60, telefon 149-06.
Steinberg Maurycy, choroby wewnętrzne — Przemyska 3.
Stern Natan — Mostowa 2.
Sternbach Dawid — Wielopole 11.
Stępowski Bronisław, choroby kobiece i położ. — Krowoderska 40.
Stieglitz Rachela, choroby kobiece i położnictwo — Józefitów 10.
Stielowa Ela, stomatolog — Zwierzyniecka 7, telefon 182-13.
Stoch Stanisław, chirurgja — Kopernika 40.
Stockowa-Kitaj Halina, choroby oczu — św. Sebastjana 15/III.
Stopczański Jan, choroby skórne i weneryczne, st. lekarz miejski, Szewska 4, telefon 113-25.
Stróżewska Marja — Starowiślna 26.
Stypa Mieczysław Ferdynand, lekarz Kasy chorych, chirurgja — Dietla 84, P. K. O.
Suchorzewska Marja Janina, chor. wewn. — Garncarska 1.
Supniewski Janusz, Prof. U. J., farmakolog — Al. Słowackiego 15.
Surowiec Antoni, stomatolog — Sobieskiego 7, telefon 134-32.
Surzycki Józef, choroby wewnętrzne — Karmelicka 27, telefon 101-56.
Süsser Maurycy, choroby wewnętrzne — Augustjańska 5.
Swat Adam, bakterjolog. — Sienkiewicza 2 A, telefon 178-80.
Swatowa Marja, choroby oczu — Sienkiewicza 2 A.
Ślączka Aleksander, choroby nerwowe i umysłowe — św. Jana 2.

Ślączkowa Zofja, choroby kobiece — św. Jana 2.
Śmigielski Piotr — Pl. Szczepański 7.
Świerczek Stanisław — Smoleńska 25.
Świerz Witold, choroby gardła, nosa i uszu, lekarz kolejowy — Wybickiego 1 a, telefon 142-41.
Syrek Adam, st. asyst. zakł. anat. pat. U. J. — Grzegórzecka 20.
Syrop Jakób, stomatolog — plac WW. Świętych 10, telefon 113-21.
Syrop Alfred, stomatolog — św. Agnieszki 2.
Szabuniewicz Bożydar, asyst. Zakładu fizjologji Uniw. Jagiell. — Grzegórzecka 16.
Szancenbach Jan, choroby kobiece i położnictwo, lekarz Kasy chorych — Basztowa 1, telefon 130-79.
Szancer Hirsz Henryk, U. S. — Starowiślna 60, telefon 129-47.
Szantroch Zygmunt, docent anatomji opisowej — Kopernika 12.
Szczeklik Edward, b. asystent Kliniki chorób wewnętrznych Uniwer. Jagiell. — Kopernika 2, telefon 157-89.
Szczerbiński Edward, praktykant Szpitala św. Łazarza — Piłsudskiego 7.
Scheyer Albin, choroby kobiece — Bonerowska 2.
Szlapak Helena, choroby kobiece i wewnętrzne — Mogilska 11.
Szpiro Władysław — Filipa 13.
Sztencel Władysław, choroby wewnętrzne — św. Jana 2, telefon 118-20.
Szubarga Józef Jan, — Kraszewskiego 11.
Szumowski Władysław, choroby gardła, nosa i uszu — Piłsudskiego 6/II.
Szuniewicz Wacław, choroby dzieci — Stradom 4.
Szymanowicz Józef, Docent Uniw. Jagiell., choroby kobiece i położnictwo — Siemiradzkiego 35, telefon 104-24.

Ślączka Aleksander, choroby nerwowe i umysłowe — św. Jana 2.

Talewski Roman, choroby wewn. i kobiece — Urzędnicza 14.
Teichman Aleksander, choroby wewn. — Grodzka 61, tel. 130-25.
Teichner Sabina, lek.-dentysta — Zyblikiewicza 5.
Tempka Tadeusz, prof. Uniw. Jagiell., choroby wewnętrzne — św. Jana 1, telefon 146-68.
Tepper Arnold, — Kalwaryjska 7, telefon 134-52.
Tiger Abraham, choroby wewn. — Salinarna 2, tel. 117-70.
Tisch Leon, — Tarłowska 8.
Thorn Adela zamężna Silberring, choroby skórne i kosmetyka lekarska — Sławkowska 30, telefon 161-93.
Thur Zygmunt, choroby nerwowe — Mały Rynek 4, telefon 113-36.
Thurowa Regina, choroby dzieci — Legjonów 8.
Tochowicz Leon, asyst. I. Klin. chorób wewnętrznych — Karmelicka 9, telefon 177-37.
Tokarski Marjan Stanisław, choroby wewnętrzne i oczu, lekarz szkolny — Friedleina 27.
Topolnicki Józef, Dyr. Szpit. św. Łazarza — Konarskiego 21.
Trella Juljan, — Rękawka 2.

Truczko Marja, stomatolog — Szlak 30.
Trzebicka Stefanja, choroby oczu — Starowiślna 19, tel. 106-67.
Trzebicka Zofja-Geneli, chirurg — św. Tomasza 26.
Trzebicky Rudolf, choroby skórne i weneryczne, prymarjusz S. I. G. N. Ubezpiecz. Społ. — św. Tomasza 29, tel. 156-99.
Turkowa Marja, choroby wewnętrzne, lekarka szkolna — św. Jana l. 9 l., telefon 134-86.
Twardowski Marjan, — Osiedle ofic. 18.
Twaróg Michalina Zofja zamężna Gradzińska, choroby nerwowe i dziecięce — Starowiślna 20.

Uhma Czesław Antoni, chor. kobiece i położnictwo — Pędzichów 5.
Urzędowski Hieronim — Wybickiego 1, telefon 171-72.

Vergesslich Stefan Ludwik, choroby wewnętrzne — Lubicz 22, telefon 160-71, latem w Truskawcu.

Wachholz Leon Jan, prof. Uniw. Jagiell., medycyna sądowa — Wyspiańskiego 8, telefon 149-10.
Wachtel Henryk, radjologja — Krupnicza 8, telefon 107-85.
Wachtel Marja, Laboratorjum chem. — Dunajewskiego 6, telefon 116-22.
Wachlen Stefan, nacz. lek. kolej. Warszawska 12a.
Wadoń Antoni — Kopernika 15.
Wajdówna Marja — Dietla 84.
Walkowski Jan, choroby wewnętrzne, asyst. II Kliniki U. J. — Kopernika 15.
Walewski Stanisław, choroby wewnętrzne — Łobzowka 27, telefon 155-50.
Walter Franciszek, prof. Uniw. Jagiel., choroby skórne i wener.; ord.: Rynek Kleparski, 6, telefon 123-43.
Wanat Władysław, prakt. Szpit. św. Łazarza — Al. Mickiewicza 21.
Wander Leon, lekarz Kasy chorych, choroby nerwowe i umysłowe — Starowiślna 28.
Warzecha Leopold — Szpitalna 34.
Wasserberg Dora, dentysta, lek. Ubezp. Społ. — J. Lea 2.
Wasserberg Paulina, choroby wewnętrzne — Al. Krasińskiego 24. telefon 133-58.
Wasserman Maks — Benedykta 3.
Wasserman Izydor — Dietla 21.
Wasserman Józef, choroby wewnętrzne i dzieci — Zyblikiewicza 9.
Wąsowicz Zygmunt, choroby wewnętrzne — Łobzowska 7.
Weber Henryk, choroby skórne i weneryczne — Florjańska 9.
Weinberg Anna — św. Agnieszki 2.
Weinsberg Jakób, choroby wewnętrzne, st. lekarz okręg. miejski — Wrzesińska 5, telefon 114-63.
Weissglas Wilhelm, choroby wewn. — św. Gertrudy 2, tel. 111-30.
Wernikowski Wiktor, lekarz-dentysta — Rynek Główny 6.
Wędkowska-Jaskólska Leokadja, choroby dzieci — Mogilska 16.
Wielawski Józef — Łobzowska 6.

Wielska Hildegarda Helena, roentgenologja — Garncarska 11.
Wilczek Marjan, choroby oczu — Kopernika 38.
Wilczyński Ludwik, choroby wewnętrzne — Podwale 1.
Wisłocka Wanda Marja, choroby wewnętrzne — Kanonicza 16, telefon 102-46.
Wiśniewski Józef, choroby kobiece i położnictwo — Szewska 5.
Wistreich Jakób, choroby skórne i weneryczne — Potockiego 1.
Włodyżanka Jarosława, okulistka — Gontyna 9.
Wnuczek Wilhelm, stomatolog — Piłsudskiego, 3, telefon 138-44.
Wodniecki Józef, stomatolog — Wielopole 6, telefon 107-83.
Wohlfeiler Leon, asystent szp. św. Łazarza, choroby wewnętrzne, Potockiego 2, tel. 159-54.
Woliczko Kazimierz — św. Kingi 11.
Wołkówna Zofja — ul. Smoleńska 35.
Wołyńcowa Paulina, lek.-dentystka — Koszary Czarneckiego.
Woyciechowski Bruno, choroby kobiece — Siemiradzkiego 1, telefon 103-62.
Wolański Roman, chirurg, sekund. oddz. chirurg. Szpit. Ubezp. — Prądnicka Boczna 6.
Wolftal Paulina — Radziwiłłowska 31.
Wolna-Kulig Wanda chor. dzieci pl. Szczepański 5.
Worobel Aleksy — ul. Rzeźnicza 7.
Wróblewski Janusz — Wyspiańskiego 11-a.
Wróblewski Wincenty, b. naczelnik wojewódzkiego Wydziału zdrowia — Franciszkańska 4, telefon 147-00.
Wójtowicz Eustachy, chor. skórne i wener. — Zacisze 14.
Wysocki Piotr Antoni, chor. wewnętrzne, Wiślna 10, tel. 100-66.
Wyrobek Emil, chor. kobiece i położnicze — Lelewela 8.
Zakrzewski Wacław, choroby wewnętrzne, lekarz szkolny — Pańska 5, telefon 144-88.
Zamorski Stanisław, choroby wewnętrzne, st. lekarz okręg. miejski — Rynek Dębnicki 8, telefon 114-09.
Zaremba Juljusz, chirurgja — Potockiego 3.
Zawadzki Witold — Bonerowska 11.
Zborczyński Franciszek, chirurgja — Kopernika 21.
Ziarko Jan, choroby wewnętrzne — Długa 5, telefon 125-57.
Zieliński Marcin, Prof. Uniw. Jagiell., choroby nerwowe i umysłowe, Wenecja 1, telefon 130-98.
Ziemiański Mieczysław — Kobierzyn.
Zopoth Artur, choroby kobiece i położnictwo, lekarz okręg. miejski, Rynek Kleparski 5, telefon 102-18.
Zubrzycki January, Prof. Uniw. Jagiell., chory kobiece i położnictwo — Krupnicza 3, telefon 134-94.
Zylber Adam, choroby płuc — ul. Prądnicka, telefon 110-75.
Żabiński Robert, choroby wewnętrzne — Szewska 22. tel. 182-68.
Żabianka Marja, choroby nerwowe — Pl. Matejki 6.
Żardecki Aleksander, choroby wewnętrzne — Zwierzyniecka 14.
Żydłowicz Władysław, choroby skórne i weneryczne—Florjańska 22.
Żuliński Edward, choroby wew. (płucne) — Kujawska 5.
Żuliński Kazimierz — Prądnicka 80.
Żychowicz Adam, choroby skórne i weneryczne — Zamojskiego 37.

Spis techników dentystycznych.

Alfus Henryk, Starowiślna 23.
Angelus Ludwik, Karmelicka 14, telefon 138-39.
Aschler Pinkus, Bożego Ciała 31.
Bartoszyński Tadeusz, Zyblikiewicza 28.
Berhang Saul, Poselska 15.
Biedroński Władysław, Długa 11-a, telefon 155-27.
Bornstein Zygfryd, Sławkowska 14.
Bratt Józef, Starowiślna 52, telefon 122-54.
Buczyńska Anna, Rakowicka 1.
Cyzer Bernard, Batorego 25, telefon 144-34.
Drabik Marjan, Rynek Podgórski 4.
Feldblum Laura Kirschowa, J. Sarego 5.
Finker Salo, Dietla 45.
Fiszer Mojżesz, Grodzka 43.
Fiszer Jakób, Grodzka 60, telefon 114-44.
Frisch Izaak, Starowiślna 45, telefon 176-43.
Gdowski Marjan, Rynek Główny 22, telefon 127-92.
Gieser Leon, Florjańska 36, telefon 165-41.
Gintel Henryk, Długa 28, telefon 148-86.
Gintel Leon, Krupnicza 10, telefon 157-10.
Gintlowa Sabina, Krupnicza 10.
Goldfinger Maurycy, Józefińska 4.
Goldmann Abraham, Starowiślna 97.
Gottlieb Maurycy, Długa 38.
Griess Józef, Pawia 6.
Gumplowicz Maksymiljan, Starowiślna 6, tel. 167-21.
Gumplowicz Ferdynand, Brzozowa 18.
Haber Wiktor, Kochanowskiego 20.
Hałaciński Aleksander, Mazowiecka 30.
Jachimowicz Edward, Podwale 2, telefon 162-61.
Jaśkiewicz Jan, Florjańska 19.
Jaroszowa Anna, H. Sienkiewicza 1, I. p.
Kahan Izaak, Miodowa 12, telefon 138-62.

Kirsch Leon, Barska 32.
Kleinberger Karol, Przymoście 1, telefon 170-77.
Kleinberger Alfred, Mikołajska 6.
Kleinberger Natan, Szewska 27, telefon 116-24.
Kleimann Adolf, Kazimierza Wielkiego 34.
Kolman Helena. Zagrody 8.
Konwent OO. Bonifratrów, Trynitarska 11.
Korański Edward, św. Tomasza 19, telefon 167-28.
Kornfeld Jan, Zygmunta Augusta 5, telefon 164-80.
Kowalczyk Władysław, pl. Szczepański 7.
Kukulska z Sikorskich Stefanja, św. Jana 18.
Kuner Abraham, Librowszczyzna 4.
Laksberger Markus, Rynek Podgórski 15.
Lempart Herman, Zyblikiewicza 15.
Langier Stanisław, Zwierzyniecka 15, telefon 182-03.
Lermer Samuel, Sławkowska 6.
Landwirthowa Ludwika, Syrokomli 7.
Lessing Jakób, Grodzka 8, telefon 181-22.
Lipoński Włodzimierz, Florjańska 13, telefon 114-89.
Löwy Fryderyk, Dietla 46, telefon 166-28.
Lipowicz Ludwik, Studencka 21, telefon 177-09.
Lustgarten Władysław, Grodzka 69.
Łukasiewicz Karol, św. Tomasza 9.
Dunin-Majewski Leon, Starowiślna 12.
Markowska Zofja, Krowoderska 2.
Nachsatz Michał, Krakusa 8, telefon 165-60.
Nachsatzowa Zofja, Krakusa 8.
Offen Ignacy, pl. WW. Świętych 10.
Ordower Karol, Mały Rynek 4.
Pawłowska Felicja, św. Tomasza 15.
Pelikan Hugo, Karmelicka 23, telefon 146-84.
Pietroń Eugenjusz, Karmelicka 12.
Piżel Stanisław, Powiśle 2.
Reder Maksymiljan, Miodowa 24 a.
Reisler Herman, Marka 25.
Rosenberg Józef, J. Lea 21.
Rosenmann Gerson, Dietla 36, telefon 168-24.
Rosenzweig Saul, XXII. Rynek 13.
Rübner Jakób, J. Sarego 7.
Schlang Markus, Stradom 15.
Schlang Natan, Syrokomli 5.
Schlüsslówna Regina, Krakowska 23.
Schmalzbach Maurycy, Krupnicza 14.
Schmeidler Emanuel, św. Sebastjana 22, tel. 130-65.
Semmel Herman, Dietla 44, telefon 169-38.
Silberfeldówna Antonina, Mostowa 10, tel. 138-47.
Sonneblick Zygmunt, Dietla 105.
Spanauf Bernard, Grodzka 15, telefon 180-51.
Sperling Idel, Kopernika 8.
Stamler Szaje, Starowiślna 69.

Stein Eljasz, Pl. WW. Świętych 9.
Steinberg Adam, Długa 23, telefon 179-54.
Steinlaufowa Chaja, Smocza 10.
Stodulski Roman, Siemieradzkiego 23.
Sroczyński Bolesław, Piłsudskiego 11.
Stoszko Józef, Rynek Główny 15.
Strzelbicki Stanisław, Basztowa 10.
Szypulski Teofil, Konopnickiej 13.
Śliwiński Michał, Florjańska 3.
Tarczydło Jan, Dębniki, Konopnickiej 3.
Tieberg Maurycy, Wielopole 3.
Tlachna Władysław, Podzamcze 24.
Tombiński Konrad, Wiślna 4, telefon 173-96.
Vogler Izydor, Grodzka.
Waldman Leon, Jagiellońska 5, telefon 117-34.
Waltner Nachman, Kościuszki 42, telefon 183-56.
Warski Józef, Grodzka 29.
Wasserberger Jakób, Smolki 9.
Weissenberg Anna, Krowoderska 6.
Wildstosser Leon, Krowoderska 51, telefon 155-90.
Wiśniewski Czesław, św. Marka 20, telefon 132-21.
Wnuczek Jerzy, Wolska 3, telefon 138-44.
Wojciechowska Marja, Łobzowska 27.
Wojciechowski Stefan, Rynek Główny 6.
Wójcik Franciszek, Królowej Jadwigi 11.
Wójtowicz Franciszek, Moniuszki 35.
Zaliwski Antoni, Zyblikiewicza P. K. O.
Zimetbaum Józef, Wiślna 9, telefon 130-16.
Żelechowski Józef Starowiślna 16, telefon 134-32.

Izydor Goldberger

architekt budowniczy

Kraków, Kościuszki 51.

Telefon 180-91.

Rządowo - uprawniony

Inż. arch.

Józef Wetzstein

Kraków, Szujskiego 1.
Telefon 181-36.

Browar Krakowski
i fabryka przetworów słodowych
Jana Götza w Krakowie

Zakład szklarski Romana Kwiatkowskiego

obecnie **Heleny Wątrobowej**

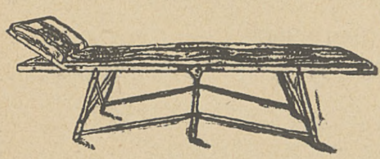
Kraków, Jagiellońska 1. 6a Telefon 167-02.
(w podworcu)
Wszelkie roboty szklarskie, oprawa obrazów, wyrób luster i akwarjów szkolnych po cenach najniższych.

CARACO i Ska

Fabryka chemiczna

Kraków, Barska 87-89. Telefon 109-49.

Specjalne przetwory dla przemysłu garbarskiego.



Krakowska wytwórnia łóżek polowych, umywalek i towarów żelaznych

Maurycy Okręt

Kraków – Dębniki, Konfederacka l. 4.

Ubezpieczalnia Społeczna w Krakowie.

S P I S

lekarzy ordynujących w Ubezpieczalni Społecznej w Krakowie.

Nazwisko i imię	Godziny przyj.	Adres: mieszka	Telefon:
Lekarz Naczelny:	wtorki i piątki 12—13	Karmelicka 45.	—
Dr. Kunicki Ryszard			
Inspektor Lecznictwa:	codziennie 12—13	Biskupia 2.	105-59
Dr. Medyński Władysław			
Lekarze Obwodowi:			
Dr. Ciećkiewicz Marjan (lek. Obwodu I-go)	12—14	Osiedle Urz. Olszyny 9.	119-72
Dr. Glassner Roman (lek. Obwodu II-go)	9—12	pl. Szczepański 5.	114-62
Dr. Gorczyca Wincenty lek. Obwodu III-go)	8—11	Olkusz	80
LEKARZE DOMOWI W KRAKOWIE:			
Dr. Abend Józef	9—11 17—18	Przyjmują: Rynek Podgórski 11.	126-37
„ Biberstein Aleksander	9—11 12.30—15.30	Warneńczyka 3.	140-28
„ Bieńkiewicz August	13—14 30 16—18	Groble 5.	—
„ Birkenfeld Karol	8.30—10.30 13.30—14.30	pl. Zgody 16.	115-34
„ Bobak Antoni	10—12 17—18	Karmelicka 48.	159-25
„ Bober Antoni	8—9 15—17	Długa 74.	140-85
„ Chlipalski Mieczysław	8—10 14—15	Al. Słowackiego 32.	164-83
„ Chrzanowski Stefan	8—9 14—16	Wałowa 5.	—
„ Czapnicki Henryk	9.30—11.30 14—15	Florjańska 8.	147-02
„ Dobrowolski Witold	9—11 13—14	Łokietka 6.	106-10
„ Dobrzański Karol	8—9 13—15	Konarskiego 32.	121-28
„ Dziuba Stanisław	11.30—13.30 17—18	Piłsudskiego 9.	181-70
„ Engel Adolf	9—11 14—15	Arjańska 8.	165-98
„ Goldgart Leon	11.30—13.30 17—18	Dietla 62.	103-91
„ Goldmanowa Amalja	8—10 16—17	Wielopole 11.	176-95
„ Jurkowicz Ignacy	11—13 16—17	Wrzesińska 9.	134-80
„ Kepler Wiktor	12.15—14 15 17—18	Barska 90.	120-31

Nazwisko i imię	Godziny przyj.	przyjmują	Telefon:
Dr. Kłosowski Stanisław	10—11.30 13.30—14	Grzegórzecka 69.	166-01
„ Kon Maksymiljan	10—12 16—17	Sienkiewicza 7.	156-14
„ Kostecki Jan	8.30—10.30 14—15	Florjańska 15.	128-00
„ Leinkram Zygmunt	10—12 16.30—17.30	Wrzesińska 7.	102-40
„ Libman Edward	9—11 14—15	Pierackiego 22.	152-02
„ Liwszyc Stanisław	8.30—10.30 13.30—14.30	Sarego 20.	127-76
„ Margulies Wolf	10—12 16.30—17.30	Agnieszki 2.	123-35
„ Morus Adam	11—12 15—17	Lwowska 14.	164-67
„ Pechner Henryk	9—11 14—15	Krakowska 4.	146-56
„ Pechnerowa Marja	8—10 14—15	Zyblikiewicza 10.	188-42
„ Ralski Lesław	8—9 13.30—15.30	Król. Jadwigi 34.	—
„ Redo Aleksander	10.45—12.45 16.30—17.30	Lwowska 40.	182-57
„ Reich Karol	8—10 13—14	Filipa 12.	158-80
„ Roman Stanisław	9—11 15—16	Zagrody 22.	146-08
„ Silberberg Leon	9—11 14—15	Starowiślna 49.	177-90
„ Sokołowski Adam	12.30—14.30 18—19	Dajwór 5.	142-04
„ Szancer Henryk	8.30—10 30 14.30—15 30	Dietla 37.	103-43
„ Szlapakówna Helena	7.30—9.30 14—15	Mogilska 78.	168-82
„ Sztencel Władysław	9—11 14—15	św. Jana 2.	118-20
„ Walewski Stanisław	10—12 14.30—15.30	Łobzowska 27.	155-50
„ Wasserberg Paulina	8—10 14 30—15.30	Al. Krasińskiego 24.	133-58
„ Żardecki Aleksander	10—12 13—14	Zwierzyniecka 14.	183-98

LEKARZE DOMOWI POW. KRAKOW:

Nazwisko i imię	Godziny przyj.	przyjmują	Telefon:
Dr. Bierzyński Henryk	8—10 14—15	Zabierzów	5
„ Grüner Aleksander	10—13 17—18	Borek Fałęcki	116-30
„ Herman Bolesław	8—9 15—15	Kocmyrzów	21
„ Kępiński Leon	8—10 19—21	Czernichów	8
„ Kułakowski Wojciech	9—11 17—18	Bronowice Małe 204	—
„ Łowczowski Kazimierz	10—12 17—18	Bieńczyce	113-13

Nazwisko i imię	Godziny przyj.	przyjmują	Telefon:
Dr. Malinowski Gustaw	9—12 15.30—17	Bieżanów	—
„ Nowosielski Włodzimierz	7.30—8.30 13.30—15.30	Wiśniowa 24.	—
„ Rzeszutek Ludwik	8—9 15—17	Rakowice 240.	—
„ Szwarc Jan	9—11 17—19	Skawina	—
„ Świeżawski Leon	8—10 17—19	Skawina	—
„ Tune Szymon	10—12.30 15—16	Wieliczka Mickiewicza 16.	70
„ Wilk Juljan		Prokocim 1666.	—
„ Zieja Tadeusz	1 godz.	Niepołomice Kościuszki 584.	14
„ Ziemiański Mieczysław	1 godz.	Kobierzyn-Zakład	111 54
Lekarze domowi — Pedjatrzy:			
Dr. Blankstein Felicja	9—11	Trauguta 12.	—
„ Förster Aleksander	9.30—11.30	Św. Marka 18.	114 25
„ Gołąb Jan	12—14	Zyblikiewicza 5.	110-34
„ Kiełczewski Stanisław	8.30—10.30	Al. Krasińskiego 12.	180-22
„ Merz Alfred	10—11.30	Starowiślna 1.	104-42
„ Grüna — Spira Lewinger	9—11	Paulińska 26.	113-07
„ Spoczyńska Jadwiga	11.30—13.30	Szlak 14. b.	181 02
„ Statter Józef	14—15	Karmelicka 46.	117-66
„ Turowa Regina	11—13	Legjonów 8.	117-65
„ Statter Józef	ordynuje dla dzieci zamieszkałych na terenie 2 rej. skawińskich w budynku U. S. w Skawinie codz. od godz. 8—10.		
„ Jasieńska Anna	ordynuje codziennie w ambulatorjum Ubezpieczalni Społecznej w Wieliczce od godziny 9-tej do 11-tej.		
Konsulenci:		**mieszka:**	
Dr. Biberstein Aleksander	8—9	Warneńczyka 3.	140-28
„ Surzycki Józef	12—16	Karmelicka 27.	101-56
„ Zakrzewski Wacław	8—12	Pańska 5.	144-88
Interna (rezerwa):			
Dr. Gąsiorowski Stanisław (fka tyt.)	13—14.30	Szlak 32.	—
„ Sobieszczański Ludwik	16—19	Sereno Fenna 10.	110-75
„ Szlapakówna Helena	1 godz. dziennie w Monopolu Spirytusowym		
Przychodnia gruźlicza:			
Dr. Dunaj Zygmunt	16.30—18	Długa 21.	155-06
„ Felix Józef	12—14	Straszewskiego 21.	107-03
„ Herschdörfer Ozjasz	9.30—11	Dietla 58.	143-99
Chirurgja:			
Dr. Cieśla Władysław	14.30—16	Kopernika 40.	100-29
„ Knoreck Jan	10.30—13	Potockiego 3.	133-20
„ Kosiński Mieczysław	8.30—9.30	Litewska 4.	110-15

Nazwisko i imię	Godziny przyj.	Adres: mieszka	Telefon:
Dr. Mazanek Henryk	14—15	Dunajewskiego 5.	165-44
„ Pawliger Leon	11—14	Sarego 24.	144-95
„ Stypa Mieczysław	12.30—14.30	Dietla 86.	164-68
„ Zaremba Juljusz	11.30—14		
(ortop.)	14—16	Potockiego 3.	175-92
Laryngologja:			
Dr. Machauf Edward	8—10	Jagiellońska 9.	118-22
„ Nódzyński Tadeusz	12—15	Warszawska 1.	172-12
Wenerelogja.			
Dr. Ameisen Aleksander	9—11	Karmelicka 16	176-03
„ Horowitz-Wandstein Lila	12—14	Wielopole 10.	160-85
„ Kajzer Adolf	8—10	Karmelicka 11.	109-29
„ Katyńska Irena	14—16	Wielopole 26.	—
„ Leuchter Henryk	11.30—14	Straszewskiego 2.	127-20
„ Marcyaniak Franciszek	8.30—11	Potockiego 2	136-60
„ Missona Krzysztof	10—12	Krupnicza 18.	139-66
„ Reiss Henryk	14—15	Krupnicza 5.	172-16
„ Rubinstein Dawid	11.30 13.30	Dietla 99.	178-64
Ginekologja.			
Dr. Cikowski Stanisław	9.30—12	św. Jana 18.	176-50
„ Głębocka Marja	14—16	Florjańska 53.	129-27
„ Grzybowski Grzegorz	9—11	Długa 4.	112-78
„ Niewola Staszkowski Jan	11—13	Rynek Podg. 9.	146-10
„ Pogonowski Bolesław T	12—13	Basztowa 23.	144-78
C	13—14		
Neurologja.			
Dr. Chłopicki Władysław	12—14	Kopernika 48.	115-94
„ Jeleńska Sabina	9—11	pl. Jabłonowskich 2.	148-49
„ Ślączka Aleksander	14—16	św. Jana 2.	121-50
Okulistyka:			
Dr. Bannet Arnold	12—14	pl. Dominikański 2.	115-21
„ Karelus Kazimierz	8—10	Basztowa 1.	127-54
„ Mirowski Abraham	12—14		
	(3×tyg.)	Stolarska 5.	139-83
„ Piekarska-Miączyńska	12—14		
Marja	(3×tyg.)	Kopernika 40	103-29
„ Silberring Jonasz	14—16	Sławkowska 30.	161-93
„ Trzebicka Stefanja	10—12	Starowiślna 19.	167-45
Dentystyka:			
Dr. Czadowski Edmund	8—10	Piłsudskiego 11.	118-44
„ Fleischman Chane	15—17	Zamojskiego 28.	183-46
Dr. Fiut Juljan	12·30—14·30 (3 x tyg.) i Skawina 16—19 (3 x tyg.)	Karmelicka 14.	—

Nazwisko i Imię	Godziny przyj.	Adres: mieszka	Telefon:
Dr. Jurowiczowa Czesława	14—16	Tomasza 24.	176-38
lek. Maryniakowa Helena	16—18	Batorego 19.	—
Dr. Michalski Wiktor	8—10	Barska 7.	181-56
„ Pakowska Zofja	11—13·30	Straszewskiego 24.	170-83
„ Podłęski Walenty	8—11	Basztowa 3.	110-12
„ Podwiński Stanisław	8—10	Wybickiego 1.	155-15
lek. Polaczkówna Elżbieta	15—17	Retoryka 22.	—
Dr. Teichnerowa Sabina	12·30—14·30 (3 x tyg. C) i Wieliczka codziennie po 1 godz.	Osiedle Oficerskie Zaleskiego 18.	132-16
„ Tesarzowa Walentyna	9—11	Karmelicka 9.	148-63
lek. Wołyńcowa Paulina	8—10	Śląska 7.	—
Stacja badania Młodoc.			
Dr. Medyński Ignacy	13—15	Siemiradzkiego 15.	—
„ Reich Karol	11—12	Św. Filipa 12.	158-80
Pracownia chemiczn. bakterjol.			
Dr. Baczakówna Halina	11—13	Sienkiewicza 3.	—
„ Eisele Henryk	12—14	Kremerowska 10.	119 31
„ Godlewski Wacław	15—17	J. Lea 15.	170-79
„ Joffowa Gustawa	12—14	Dąbrowskiego 4.	175-11
Pogotowie lekarskie.			
Dr. Fischer Jan		P. Michałowskiego 1.	174-99
„ Gutwiński Stanisław		Karmelicka 50.	173-29
„ Kossowski Mieczysław		Brzesko	19
„ Kubacki Józef		Skarbowa 2.	125-98
„ Neuwelt Stanisław		Zamojskiego 28.	124-47
„ Schinagel Emil		Św. Filipa 6.	104-41
Lecznictwo Fizyk. Podgórze.			
Dr. Schwarzbartowa Bronisł.		Krupnicza 3	148-54
Poradnie:			
Dr. Blankstein Felicja	por. dla matki i dziecka — Trauguta 12.		
„ Förster Aleksander	w czwartki od godz. 16. 30		
„ Gołąb Jan	na Prądniku w środy od godz. 16.30 — 17.30 w lokalu przy ul. Strzeleckiej L. 4.		
„ Kiełczewski Stanisław	w czwartki od godz. 17-tej w lokalu U. S. przy ul. Batorego L. III. p.		
„ Lewinger-Spira Grüna	w poniedziałki od godz 17-tej przy ul. Paulińskiej L. 26.		
„ Merz Alfred	w soboty od godz. 16-tej w lokalu U. S. ul. Batorego L. 3. III. p.		

Nazwisko i imię:	Godziny przyj.	Adres: mieszka	Telefon:
„ Spoczyńska Jadwiga	w środy od godz. 17-tej w lokalu U. S. przy ul. Batorego L. 3. III. p.		
„ Statter Józef	w piątki od godz. 17-tej w lokalu U. S. przy ul. Batorego L. 3. III. p.		
„ Turowa Regina	w soboty od godz. 16.30 przy placu Serkowskiego L. 10. w środy od godz. 17-tej.		
Poradnie prowadzone wspólnie z gm. m. Krakowa:			
Dr. Kołodyńska Zdzisława	3 x w tyg.	Słoneczna 4.	
„ Löwenhoffowa Stefanja	4 x w tyg.	Rynek Podg. 1.	
Poradnie małżeńskie dla kobiet ciężarnych:			
Dr. Fischówna Helena			
Prowadzone wspólnie z powiatem krakowskim:			
Dr. Gürtler Wojciech	12—15 wtorki i piątki	Wieliczka	
Roentgen — Batorego L. 5.			
Dr. Imich Stanisław	9—13	Kremerowska 12.	119-33
Zander — Garncarska 11.			
Dr. Kosiński Mieczysław	12—13 15—17	Litewska 4.	110-15
Lecznictwo Fizyk. — Karmelicka 16.			
Dr. Bleiweiss Józef	13—15	A. Krasińskiego 6.	182-10
„ Jeleńska Sabina	11.30—13	pl. Jabłonowskich 2.	148-49
„ Oszast Zbigniew	17—19	Kopernika 48.	115-94
III-ci Obwód Leczniczy:			
Dr. Jurow Michał	11—14 czwartki laryngolog	Olkusz	
„ Konopkówna Helena	11—14 piątki okulista	Olkusz	
„ Lubieniecki Konrad	8—10 chirurg wtorki	Olkusz, Szpitalna 34.	
Dr. Mirowski Abraham	8—10 Olkusz ginekolog	Kraków, Stolarska 5.	Kraków 139-83

Nazwisko i imię:	Godziny przyj.	Adres: mieszka	Telefon:
Dr. Ossowski Aleksander	8—10 Olkusz ginekolog	Olkusz, 3-go Maja 56.	75
Lekarze dentyści:			
lek. dent. Berezowska Marja		Olkusz	
„ „ Kowarska-Tenenwurcel Betti		Miechów	
„ „ Markusowa Rojsa	2×tyg. po $1^1/_2$ godz.	Klucze	
„ „ Żubrowa Wanda	4×tyg. po 2 godz.	Olkusz	
Lekarze domowi:			
Dr. Ajzensztadt Aleksander		Wolbrom	
„ Auerhahn Maurycy		Klucze	
„ Buchwalter Joachim		Słomniki	
„ Czachórski Stanisław		Sławków-Bolesław	
„ Gorczyca Wincenty		Olkusz	
„ Kościuszko Jan		Skała	
„ Lazer Maurycy		Miechów	
„ Lejman Stanisław		Charsznica	
„ Łapiński Juljan		Olkusz I.	
„ Ossowski Aleksander		Olkusz II.	
„ Pyrowicz Zygmunt		Pilica	
„ Rychterówna Marja		Ogrodzieniec	
„ Szczechura Roman		Wolbrom	
„ Wolski Antoni		Proszowice	
„ Żurowski Ludwik		Brzesko-Nowe	

Spis lekarzy Szpitala Im. Gabryela Narutowicza w Krakowie.

Telefon 151-10.

Imię i nazwisko	Oddział	Stanowisko służbowe	Adres:	Telefon:
	nterna:			
Doc. Dr. Siedlecki Feliks		Ordynator	Basztowa 1.	119-80
Dr. Biernacki Henryk		Zast Ordyn.	Br. Pierackiego 25	127-67
Dr. Kulig Zygmunt		Asystent	Szczepańska 2.	161-88
Dr. Kusiak Marjan		„	Basztowa 4	
Dr. Morawski Marjan		„	Prądnicka bocz. 6	
Lek. Stanowski Józef		„	Łobzowska 14.	174-42
	Chirurgja:			
Dr. Jasieński Jerzy		Ordynator	Plac Matejki 6.	171-64
Dr. Kanarek Jerzy		Zast. Ordyn.	Karmelicka 34.	144-10
Dr. Trzebicka Zofja		Asystent	Św. Tomasza 26.	156-99
Dr. Wolański Roman		„	Prądnicka b. 6	
lek. Bielas Aleksander		Lek. adjut.	Krowoderska 47.	
lek. Berezowski Jarosław		Lek. dom.	S. I. G. N.	151-10
	Ginekologja i położnictwo			
Dr. Szancenbach Jan		Ordynator	Basztowa 1.	130-79
„ Fischówna Helena		Zast. Ordyn.		148-72
„ Górski Franciszek		Asystent	Al. Krasińsk. 4.	184-66
„ Kelhoffer Artur		„	Piłsudskiego 28.	
„ Stępowski Bronisław		„	Smoleńska 25. a	149-29
lek. Lewicka Wanda		Lek. dom.	S. I. G. N.	151-10
	Dermatologja:			
Dr. Trzebicky Rudolf		Ordynator	Św. Tomasza 26.	156-99
Dr. Mulowski Tadeusz		Zast. Ordyn.	Wybickiego 1.	176-87
lek. Glińska Wanda		Lek adjut.	Filarecka 2.	
	Neurologja:			
Doc. Dr. Brzezicki Eugenjusz		Ordynator	Batorego 7.	116-28
Dr. Drohocka Jadwiga		Asystent	Dunajewskiego 3.	18[illegible]-80
	Rentgen:			
Dr. Adamowicz Paweł		Ordynator	Andrz. Potock. 5.	167-42
„ Mączkówna Zofja		Asystent	Szlak 52.	
	Pracownia centralna:			
Dr. Eisenberg Filip		Kierownik	Dunajewskiego 6.	140-56

WZROST I WAGA CZŁOWIEKA

w różnych okresach życia.

(Podług Smied-Monarda, Quetelet, Landoisa i Montiego).

W ciągu pierwszych 4-ch dni waga noworodka spada o $^1/_{14}$—$^1/_{15}$ ciężaru pierwotnego, t. j. około 170—222 gr., w ciągu następnych 4 dni następuje wyrównanie, tak, że 8-go dnia waga ciała = wadze dnia pierwszego. Od 9-go dnia ciężar ciała wzrasta.

Wiek	Mężczyźni		Kobiety		Przyrost wagi	
	Wzrost w cm.	Waga w kg.	Wzrost w cm.	Waga w kg.	dzienny (gramów)	miesięczny w/g rocz.
Noworodek	50·6	3·45	50·1	3·22	—	—
1 miesiąc	54·1	4·11	50·8	4·00	25—35	750 gr.
2 miesiące	55·6	4·84	57·5	4·79	23—32	700 „
3 „	59·9	5·67	59·3	5·41	22—28	650 „
4 „	60·5	5·87	61·0	5·87	20—22	600 „
5 „	63·0	6·80	62·2	6·43	18	550 „
6 „	64·4	7·02	64·0	6·86	17	500 „
7 „	66·1	7·15	64.9	6·94	15	450 „
8 „	67·4	7.58	66·9	7.40	13	400 „
9 „	67·9	8·31	67·0	7·53	12	350 „
10 „	69·6	8·41	67·0	7·59	10	300 „
11 „	71·0	8·59	68·1	7·76	8	250 „
12 „	70·7	8·48	71·8	8·28	6	200 „
2 lata	79·1	11·0	78·1	11·0	—	2·0 kg.
3 „	86·4	12·5	85·4	12·4	—	1·5 „
4 „	92·7	14·0	91·5	13·9	—	2·0 „
5 lat	98·7	15·9	97·4	15·3	—	1·5 „
6 „	104·6	17·8	103·1	16·7	—	1·0 „
7 „	110·4	19·7	108·7	17·8	—	2·0 „
8 „	116·2	21·6	114·2	19·0	—	2·0 „
9 „	121·8	23·5	110·6	21·0	—	2·0 kg.
10 lat	127·3	25·2	124·9	23·1	—	2·5 „
12 „	137·5	29·0	135·2	29·0	—	4·0 „
14 „	146·9	37·1	144·6	36·3	—	—
16 „	155·4	45·4	152·1	43·5	—	—
18 „	163·0	53·9	156·2	49·8	—	—
20 „	167·0	59·5	157·4	53·2	—	—
25 „	168·1	66·2	157·8	54·8	—	—
30 „	168·6	68·9	158·0	55·3	—	—
40 „	168·6	68·8	158·0	56·6	—	—
50 „	168·6	67·4	157·1	58·3	—	—
60 „	167·6	65·5	155·6	56·7	—	—
70 „	166·0	63·0	154·4	53·7	—	—
80 „	168·6	61·2	153·4	51·5	—	—
90 „	161·0	57·8	151·0	49·4	—	—

Tablica wyrzynania się zębów.

w warunkach normalnych.

A) ZĘBY MLECZNE.

Dwa środkowe siekacze dolne	w 6—8 m
4 siekacze górne, z początku środk., potem boczne	„ 10—12 „
4 pierwsze zęby trzonowe oraz siekacze boczne dolne, wyrzynają się w porządku następującym: naprzód dwa przednie trzonowe górne, potem 2 boczne siekacze dolne i w końcu 2 przednie trzonowe dolne	„ 15—18 „
4 kły — naprzód 2 górne potem 2 dolne . .	„ 18—24 „
4 drugie trzonowe	„ 30—36 „

B) ZĘBY TRWAŁE.

4 pierwsze trzonowe duże wyrzynają się .	w 6—7 roku
4 siekacze środkowe	„ 7—8 „
4 siekacze boczne	„ 8-9 „
4 pierwsze trzonowe małe	„ 9—11 „
4 drugie trzonowe małe	„ 10—11 „
4 kły	„ 11—13 „
4 trzonowe duże	„ 12—14 „
4 zęby mądrości	„ 17—25 „

Długość wylęgania i zaraźliwość chorób zakaźnych

Choroba	Długość wylęgania	Zararaźliwość
Błonica	2—7 dni	około dwa tygodnie
Cholera	2—5 „	dopóki zarazek znajduje się w kiszkach (miesiące)
Czerwonka (dyzenterja)	3-8 „	dopóki las, znajdują się w kale
Dur brzuszny	2-4 tyg.	kilka tygodni do kilku miesięcy
Dur wysypkowy	10—21 dni	kilka miesięcy
Grypa	1—6 „	1—4 tygodni
Jaglica	różne	aż do wyleczenia
Koklusz	5—6 „	6 tygodni
Odra	9—11 „	3 tygodnie
Ospa wietrzna	13—17 „	aż do opadnięcia strupów
Ospa naturalna	10—14 „	6—8 tygodni
Płonica	3—11 „	6 tygodni
Przymiot	20—25 „	około 3 lat
Róża	12—61 godz.	aż do złuszczenia skóry
Różyczka	—28 dni	4 tygodnie
Rzeżączka	2—8 „	dopóki w wydzielinach jest zarazek
Świnka	4—14 „	3 tygodnie
Tężec	2—20 „	aż do zniknięcia zarazka
Wąglik	klika godz. do 14 dni, średn. 2-3 dni	dopóki istnieje zarazek w wydzielinach, kale, krwi, plwocin
Wścieklizna	14 — 60 dni 12	do śmierci chorego
Wrzód miękki	do 48 godzin	aż do zmiany na ranę czystą
Zapalenie nagm. opon	3—13 dni	24 dni od zakażenia 6 „ „ zachorowania
Zimnica	6—21 dni śr. 14	dopóki zarazek jest we krwi

Jak się ustrzedz chorób zakaźnych?

Kto chce uniknąć zachorowania na choroby zakaźne winien zachować następujące środki ostrożności.

1) Ręce myć wodą z mydłem przed każdem jedzeniem.

2) Usta płukać rano i wieczorem oraz przed każdem jedzeniem, wodą przegotowaną lub lepiej wodą z boraksem (łyżeczka na szklankę wody).

3) Utrzymywać ciało w czystości (kąpać się jak najczęściej).

4) Bieliznę osobistą i pościelową zmieniać raz na tydzień. Poduszki, materace i sienniki wietrzyć na słońcu raz na 2 tygodnie.

5) Czuwać nad czystością odzieży. Odzież wietrzyć i trzepać przynajmniej raz na tydzień.

6) Mieszkanie przewietrzać możliwie często (parę razy dziennie).

7) Podłogę po skropieniu wodą zamiatać codziennie przy otwartych oknach lub drzwiach i szorować wodą gorącą z mydłem szarem co tydzień, ściany i sufity często odkurzać przy otwartych oknach.

8) Pluskwy, pchły i wszy tępić wodą wrzącą, terpentyną, naftą lub benzyną, tępić myszy i szczury.

9) Nie pić wody nieprzegotowanej, nie używać napojów wyskokowych, nie jadać strawy nieświeżej.

10) Nie wychodzić z domu naczczo. Jeść 2 razy dziennie strawę gorącą świeżo przegotowaną. Pieczywo przed jedzeniem wstawić do pieca gorącego na 10 minut.

11) Zabezpieczyć pokarm od much i pyłu, przykrywając go starannie.

12) W razie chorób żołądka lub kiszek (wymioty, boleści, biegunka i t. d.) udać się natychmiast o poradę do lekarza.

13) Nie odwiedzać chorych i zmarłych na choroby zakaźne.

14) Osoby, pielęgnujące chorych powinny: a) myć przed każdem jedzeniem ręce i twarz wodą z mydłem, b) usta płukać roztworem boraksu przed każdem jedzeniem, rano i wieczorem, c) kąpać się często i często zmieniać bieliznę, d) nie zbliżać się do chorego inaczej jak w białym fartuchu lub prześcieradle, okrywającem całe ubranie, fartuch przy wyjściu pozostawić w pokoju chorego, a przy najmniejszem splamieniu odchodami chorego, natychmiast zanurzyć go we wrzącym roztworze sody (łyżeczka na szklankę wody), e) obuwie przy wyjściu z pokoju chorego wytrzeć ścierką, zmoczoną w 5% roztworze karbolu lub 1% sublimatu, f) uniknąć wykroczeń w djecie i zwracać uwagę na stan swego zdrowia.

15) Wszelkie odchody chorego wylewać do ustępu po starannej dezynfekcji mlekiem wapiennem lub wapnem niegaszonem. Wszelkie naczynia użyte przez chorego wygotować w wodzie z sodą w ciągu ½ godziny. Bieliznę chorego przed oddaniem do prania wygotować przez ½ godziny w 2% roztworze sody.

16) Podłogę w mieszkaniach chorych lub zmarłych na choroby zakaźne wyszorować wodą gorącą z mydłem szarem, również wyszorować wodą gorącą z mydłem szarem wszystkie sprzęty domowe, naczynia blaszane wygotować w roztworze sody; ściany i sufity w mieszkaniu pobielić wapnem. Słomę z siennika spalić, ubrania i pościel chorego i otoczenia poddać dezynfekcji.

Schematyczne wskazania dla leczenia najważniejszych chorób przewlekłych w polskich uzdrowiskach.

Choroby serca i naczyń: Ciechocinek, Delatyn, Druskieniki, Inowrocław, Iwonicz, Jastrząb, Jaworze, Krynica, Morsztyn, Nałęczów, Rabka, Rymanów, Truskawiec, Żegiestów.

Choroby narządu oddechowego: Bystra, Ciechocinek, Delatyn, Druskieniki, Gdynia, Hallerowo, Inowrocław, Iwonicz, Jaremcze, Jaworze, Krościenko, Lubień Wielki, Otwock, Rabka, Rymanów, Szczawnica, Worochta, Zaleszczyki.

Choroby żołądka: Druskieniki, Kosów, Krościenko, Krynica, Rymanów, Szczawnica, Wysowa, Żegiestów.

Choroby jelit: Czerniewice, Druskieniki, Kosów, Krościenko, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Wysowa, Truskawiec, Żegiestów.

Choroby wątroby: Czerniewice, Druskieniki, Krościenko, Krynica, Morszyn, Rymanów, Szczawnica, Wysowa, Truskawiec.

Choroba nerek i dróg moczowych: Druskieniki, Krościenko, Krynica, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zaleszczyki, Żegiestów.

Choroby kobiece: Busk, Ciechocinek, Delatyn, Druskieniki, Goczałkowice, Inowrocław, Iwonicz, Jastrząb, Krynica, Nałęczów, Rabka, Rymanów, Solec, Truskawiec, Ustroń, Żegiestów.

Choroby krwi: Krynica, Nałęczów, Szczawnica, Wysowa, Zakopane, Żegiestów.

Cukrzyca: Krościenko, Krynica, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec.

Podagra: Druskieniki, Kosów, Krościenko, Krynica, Lubień W., Nałęczów, Rymanów, Truskawiec, Szczawnica, Żegiestów.

Otyłość: Czerniewice, Kosów, Lubień W., Morszyn, Truskawiec.

Kośćcowe i urazowe schorzenia kości i stawów: Busk, Delatyn, Ciechocinek, Goczałkowice, Horyniec, Inowrocław, Iwonicz, Jastrząb, Krzeszowice, Lubień W., Niemirów, Podgórze-Kraków, Rabka, Solec, Swoszowice, Truskawiec, Ustroń.

Choroby skóry: Busk, Horyniec, Krzeszowice, Lubień W., Niemirów, Podgórze-Kraków, Solec, Swoszowice.

Choroby układu nerwowego: Bystra, Batowice, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Druskieniki, Goczałkowice, Jastrząb, Jaworze, Kosów, Krynica, Lubień, Miłowody, Nałęczów, Ojców, Zakopane, Żegiestów.

Skaza żołzowa: Ciechocinek, Druskieniki, Gdynia, Goczałkowice, Hallerowo, Iwonicz, Jastrząb, Rabka, Rymanów, Zakopane, Zaleszczyki.

Choroby z tłem kiłowem: Busk, Ciechocinek, Horyniec, Iwonicz, Krzeszowice, Lubień W., Niemirów, Rabka, Solec, Swoszowice.

Gruźlica płuc: Bystra, Jaremcze Otwock, Worochta, Zakopane, Zelemlanka, Zawoja.

Gruźlica skóry, kości i stawów: Druskieniki, Ciechocinek, Iwonicz, Jastrząb, Goczałkowice, Rabka, Rymanów, Worochta, Zakopane.

Zatrucie metalami: Busk, Horyniec, Krzeszowice, Lubień W., Niemirów, Podgórze-Kraków, Solec, Swoszowice.

Ozdrowiny po chorobach gorączkowych: Gdynia, Hallerowo, Jaremcze, Jaworze, Krościenko, Krynica, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Worochta, Zakopane, Zaleszczyki, Zawoja.

Poradnik lekarsik
w nagłych wypadkach.

Ciał obcych z ucha nie wolno nie lekarzom usuwać za pomocą jakichkolwiek narzędzi, gdyż mogą uszkodzić błonę bębenkową i wywołać groźne dla życia zapalenie. Wolno jedynie przestrzyknąć ucho sprycą gumową; do przepłukania użyć wody letniej. O ile w uchu jest groch, ziarno zbożowe, pęczniejące od wody, należy p zed przestrzyknięciem wlać do ucha trochę gliceryny. Jeżeli po kilkakrotnem przestrzyknięciu ciało obce nie wypadnie, udać się należy bezzwłocznie do lekarza.

Ciała obce w oku, a raczej w worku łącznikowym, w większości wypadków spływają przy obfitem łzawieniu. Skoro nie wypłyną same, próbować należy przepłukania wodą letnią, nalaną do kieliszka. Gdy i ten sposób zawiedzie, należy wywrócić powiekę dolną, a następnie górną i ostrożnie zdjąć pyłek wacikiem. Najlepiej zaś zawiązać oko i coprędzej udać się do lekarza. Trzeć oka w żadnym razie nie wolno, gdyż może ulec zranieniu rogówka, co pociągnąć może za sobą utratę wzroku.

Ciała obce w nosie są wprowadzone zazwyczaj przez dzieci w czasie zabawy (paciorki, groch, guziki itp.). O ile nie wypadną przy kichaniu lub kaszlu, udać się należy do lekarza. Nie wolno pod żadnym pozorem przedmuchiwać, ani przestrzykiwać nosa, gdyż ciało obce może się dostać do krtani i spowodować uduszenie.

Ciała obce w gardzieli i krtani, inaczej udławienie kęsem pokarmowym, jest przypadkiem groźnym dla życia. Chory krztusi się i nie może odetchnąć, gdyż kęs zatyka krtań; stąd nastąpić może uduszenie już po paru minutach. Głowę i tułów chorego należy zgiąć ku ziemi, drażnić piórkiem gardziel dla wywołania wymiotów, przy których kęs wypaść może, uderzać po karku chorego przy nachylonej głowie, wreszcie wprowadzić jak najgłębiej palec wskazujący i usunąć ciało obce. Po usunięciu ciała obcego, gdy chory słabo oddecha robić oddech sztuczny. Pomoc lekarska natychmiast nieodzowna.

Ciała obce w przełyku. Przy łykaniu wielkich kęsów jedzenia, lub też ciał obcych, monety, ości, kostki itp., ciało takie może uwięznąć w przełyku. Chory czuje wtedy ból i przestaje połykać. Jeżeli jest na miejscu pomoc lekarska, wezwać ją należy natychmiast, w przeciwnym razie, dawać choremu jeść chleb, kartofle, pić wodę w dużych ilościach, aby przepchnąć obce ciało do żołądka. Nawet po wydobyciu ciała obcego przez kilka dni chory czuje ból i kłucie w przełyku.

Ciała obce w żołądku i kiszkach, o ile nie są ostre, zazwyczaj nie wywołują zaburzeń, ostre powodować mogą przedziurawienie żołądka i kiszek, pomoc więc lekarska jest nieodzowna. Przed przybyciem lekarza należy dawać choremu obficie chleb i kartofle, aby ciało obce, otoczone miazgą pokarmową, z nich powstałą, mogło przejść przez kiszki, nie wywołując uszkodzeń.

Drgawki są objawem różnych chorób mózgu i chorób nerwowych. Najczęściej zdarzają się w padaczce, zapaleniu nerek u dzieci w różnych chorobach, u kobiet w czasie ciąży i choroby nerek, w wieku późniejszym, jako objaw wylewów krwi, i guzów mózgowia oraz zatrucia. Drgawki wogóle z wyjątkiem padaczki są groźne dla życia i natychmiast wymagają pomocy lekarskiej. O przerwaniu napadu drgawek niema mowy. Jedyną pomocą jest ułożyć chorego na miękkim podkładzie, ew. podłożyć mu pod głowę, łokcie i nogi, ubranie, poduszkę itp., oraz między zęby trzonowe założyć korek, aby uchronić chorego od skaleczeń języka przy skurczach szczęk. Pozatem postarać się o jak najszybszą pomoc lekarską.

Elektrycznością porażenie wywołuje oparzenia w miejscu dotknięcia, wstrząs ogólny, omdlenie, utratę przytomności. Porażonego oddzielić przedewszystkiem należy od źródeł prądu, nie wolno się jednak dotykać gołemi rękoma ani chorego ani drutu, należy na ręce włożyć rękawiczki gumowe, lub okręcić je suchemi szmatami i stanąć na suchej desce drewnianej. Po usunięciu przewodników dokonywać oddechania sztucznego, dawać sole i środki trzeźwiące, opatrzeć oparzenia.

Gazami zatrutego natychmiast wynieść na powietrze; o ile nie oddecha, dawać tlen, rozcierać ciało flanelą, dawać środki podniecające (eter, kawa czarna, koniak). Wezwać lekarza.

Kąsane rany. Ponieważ nigdy przewidzieć nie można, czy rana kąsana nie pochodzi od zwierzęcia wściekłego, zawsze zachować się należy z ostrożnością wielką względem tych ran. Kończynę ukąszoną przewiązać zaraz powyżej, wyssać z rany krew za pomocą bańki lub wprost ustami (o ile dziąsła są zdrowe) i przypalić rankę jodyną. W razie poważniejszych przypuszczeń wścieklizny, udać się do najbliższego instytutu szczepień leczniczych Pasteura. W ukąszeniu przez żmiję postępowania takież same, jak wyżej; dobrze jest dawać choremu dużo wyskoku, nim przybędzie lekarz (w postaci wódki, koniaku). W ukąszeniach pszczół, ós, komarów, po usunięciu żądła (pszczoła), robić okłady z roztworu lekkiego amoniaku, toż samo stosować w poparzeniach pokrzywą.

Krwotoki: a) **z nosa** mogą być nieraz bardzo obfite. Chorego należy posadzić i mono odchylić głowę ku tyłowi. Jeżeli to nie wystarcza, przykładać lód na kark i zatamować gazą nozdrza,

szybko wzywając pomocy lekarskiej. b) **Krwotoki z płuc** zwykle u chorych na płuca i serce mogą być bardzo obfite. Chorego posadzić w łóżku wysoko, położyć pęcherz z lodem na piersi, dawać do połykania lód w kawałkach, lemoniady kwaśne do picia. Wezwać niezwłocznie lekarza. c) **Krwotoki żołądka** zdarzają się w owrzodzeniach tego narządu, są nadzwyczaj czarne, fusowate, choć może być i krew czerwona. Chory wymiotuje krwią. Ułożyć go należy na wznak, dawać pigułki z lodu do połykania, nie dawać żadnych napojów i położyć lód na dołek przed przybyciem lekarza. d) **Krwotoki z kiszek** w przebiegu tyfusu brzusznego i innych chorób, wymagają specjalnej opieki lekarskiej, na razie, położyć należy lód na brzuch w dolnej prawej jego części. e) **Krwotoki hemoroidalne** z odbytnicy skutkiem pęknięcia rozszerzonych żył nie są zwykle obfite; do zatamowania wystarcza zazwyczaj okład zimny na odbyt lub też okład zimny z wody z dodatkiem łyżki na szklankę wody Burowa.

Oddech sztuczny, jeden z najdzielniejszych środków ratunkowych, z którym zapoznać się winien każdy. Stosujemy w zatruciu gazami kloacznemi, gazem świetlnym, zaczadzeniu, różnych innych zatruciach, gdy chory nie oddecha, w utonięciu, uduszeniu, porażeniu słonecznem i t. p., wogóle tam, gdzie chory nie oddecha, lub oddecha słabo. Chorego układamy na podłodze, na stole, na łóżku, wysuniętym na środek, pod klatkę piersiową podkładamy poduszkę, zwiniętą w rulon, ubranie lub t. p. Ujmujemy dłonią jego przedramiona tuż przy dłoniach, stojąc poza chorym i podnosimy ramiona oddalając je od klatki piersiowej ku górze i tyłowi, przez co rozszerza się klatka piersiowa i następuje wdech; następnie zbliżamy ramiona do klatki piersiowej i zginając kończymy w stawie łokciowym, przyciskamy górną część brzucha — następuje wydech. Te dwa ruchy wykonujemy rytmicznie, co 3 sekundy, czyli 20 na minutę, przestając co kilka minut, aby przekonać się, czy chory oddecha sam. Oddech sztuczny stosować trzeba długo, niekiedy 20 do 30 minut, nim nastąpią prawidłowe ruchy oddechowe.

Odmrożenie powstaje przy długotrwałem działaniu zimna, szczególniej wilgotnego na skórę. Rozróżniamy 3 stopnie. Przy pierwszym skóra jest sinawo-blada, traci czucie, po pewnym czasie czerwienieje i łuszczy się; przy silniejszem lub dłuższem działaniu mrozu na skórze tworzą się pęcherze, wypełnione krwawą zawartością, pozostawiając po zagojeniu blizny. Odmrożenie trzeciego stopnia wywołuje zgorzel (gangrenę) nietylko skóry, ale mięśni i kości. Odpadają wtedy uszy, nos, końce palców, a nawet całe kończyny. Znieczulające działanie mrozu powoduje, że na razie nie zwracamy uwagi na odmrożenie; stąd łatwe przejście powoduje od 1-go do 3-go stopnia. Pobudzić przedewszystkiem należy krążenie w częściach odmrożonych przez nacieranie suchym śniegiem a następnie flanelą. Po zaczerwienieniu okolicy odmrożonej nakładamy opatrunek z waseliną borną, czystą oliwą lub t. p. Przy obszernych odmrożeniach i zamarznięciu. chorego nie wolno wprowadzać odrazu do ciepłego pokoju, ani kłaść w ciepłe łóżko.

Omdlenie zależy od złego krążenia krwi w mózgu, należy więc przedewszystkiem ułożyć chorego poziomo i unieść w górę dolne kończyny i tułów, tak, aby głowa była niżej. Spryskać twarz wodą

zimną, dawać do wąchania sole trzeźwiące, amoniak, eter, do wewnątrz eter po 10—15 kropel, wino, koniak, kawę czarną. Gdy oddech jest powierzchowny, stosować oddech sztuczny.

Oparzenia powstają skutkiem działania na skórę płomienia, palących się gazów, płynów gorących, pary wodnej, oraz działania żrących środków, jak kwasy, ługi, karbol, lizol itp. Rozróżniamy 3 stopnie. Przy działaniu krótkotrwałem ciał niezbyt gorących następuje zaczerwienienie skóry i silny ból piekący (1 stopień); przy działaniu dłuższem tworzą się wypełnione przeźroczystym płynem pęcherze (2 stopień); przy jeszcze silniejszem działaniu skóra twardnieje, staje się pergaminowa i ulega zgorzeli. W oparzeniach 1-go stopnia skórę pokrywamy warstwą tłuszczu: masła świeżego, wazeliny, oleju lnianego; w oparzeniach 2 i 3 stopnia należy nakładać opatrunek sterylizowany, smarując skórę borowaseliną lub też zasypując ajrolem, kseroformem; w obszernych oparzeniach zdejmujemy ubranie i zawijamy chorego w prześcieradło, zmaczane w wodnym roztworze kwasu bornego z dodatkiem gliceryny i w takim stanie dostarczamy do szpitala. W oparzeniach kwasami przedewszystkiem zmywamy kwas wodą z dodatkiem lekkiego roztworu amoniaku lub mydła i dopiero opatrujemy; w oparzeniach ługami zobojętniamy je wodą z dodatkiem kwasu cytrynowego lub cytryny; w oparzeniach wapnem zmywamy je dużą ilością wody. Pomoc lekarska jest nieodzowna, szczególniej, gdy oparzeniu uległy np. oczy.

Opatrunki ran. Rany wogóle goją się same, o ile będą czyste, tj. nie ulegną zakażeniu drobnoustrojami z powietrza, wody, ziemi, rąk opatrującego, opatrunku niedbałego. Pierwszy więc opatrunek stanowi nieraz o dalszem gojeniu się rany, a nawet o życiu chorego. 1) Do opatrywania ran przystępować należy z czystemi rękami, które wymyć należy wodą z mydłem, opłukać w spirytusie i 2% roztworze karbolu lub lizolu. Gdy niema na to czasu, należy ręce dobrze opłukać w jodbenzynie, ewentualnie posmarować jodyną. 2) Okolicę rany należy oczyścić, używając w tym celu waty zmoczonej w jodbenzynie, ew. wyjodynować całą okolicę rany. 3) Po oczyszczeniu rany, opatrzeć ją, używając opatrunków sterelizowanych, gotowych lub też opatrunków, zmoczonych w wodzie karbolowej, ew. gazy jodoformowej, bornej lub innej. Opatrunek składa się: a) z gazy hydroskopijnej sterylizowanej, odkrawamy czystemi nożyczkami (p. wyżej), nie dotykając się palcami, a czystą wygotowaną w wodzie pincetką gazę kładziemy nie na płask, a w postaci harmonijki złożoną, b) z warstwy waty hygroskopijnej sterylizowanej i c) z bandaża. Zamiast bandaża do umocowania opatrunku możemy użyć plastra lepkiego, pokrajanego w paseczki. Nie wolno rany zaklejać plastrami. Rannego jak najprędzej należy oddać w ręce lekarza, zeszycie bowiem rany możliwe jest tylko w ciągu paru pierwszych godzin.

Opatrunki złamań kości, mają na celu unieruchomienie złamanej kości, której odłamy mogłyby zranić naczynia, mięśnie, i przebić skórę. Opatrunek złamania kości polega: 1) na wyciągu obu odłamów kości; w tym celu jedna osoba ciągnie dolny odłam ku dołowi, druga górny ku górze, trzecia zaś wykonywa złożenie kości tj. ustawienie jej w położeniu normalnem. 2) Na unieruchomienie odłamów przez nałożenie łupek, poprzednio jednak, by łupki nie raniły skóry.

należy kończynę owinąć watą lub miękką tkaniną, 3) na przymocowaniu łupek bandażem, 4) na zawieszeniu ręki na temblaku, ewentualnie, na ułożeniu złamanej nogi na łóżku lub noszach. Bandaż zastąpić można chustkami, któremi wiążemy łupki. Kończyny dolne u chorego, leżącego w łóżku lub na noszach, unieruchomić można, okładając kończynę 2-ma pończochami, wypełnionemi piaskiem lub popiołem. Jeżeli przy złamaniu mamy jednocześnie ranę, przed nałożeniem opatrunku unieruchamiającego, należy starannie opatrzeć ranę. Opatrunek taki uważać należy za prowizoryczny i chorego natychmiast odstawić do szpitala, ewentualnie wezwać lekarza.

Otrucia. Głównem zadaniem przy otruciach jest usunięcie trucizny z organizmu. Najlepszym do tego celem jest zgłębnik żołądkowy i przepłukanie żołądka czystą wodą lub z dodatkiem odpowiedniej odtrutki. Ponieważ jednak przepłukania może dokonać tylko lekarz, więc, gdy go niema w pobliżu, należy spowodować wymioty, podając ciepłą wodę z rozpuszczonem mydłem, solą kuchenną, mąką gorczyczną lub też łechtając gardło (łuki podniebienne). W zatruciu kwasami podawać mleko, wodę białkową, lub wapienną, kredę, lód; w zatruciu alkaliami (ługami) — ocet, mleko, — w zatruciu alkaloidami należy podawać b. silny wywar herbaty. Jako leki wzmacniające podawać czarną kawę, rum, wino, koniak, oblewać zimną wodą, nacierać szczotkami, synapizmy, lewatywy z octu, rytmiczne uderzenia dłonią w okolicę serca.

Piorunem porażenie powstaje skutkiem wyładowania elektryczności z chmur. Piorun wywołuje stłuczenia, oparzenia, szczególniej w miejscach, gdzie były części metalowe ubrania: guziki, medaliki, łańcuszki, które topi; pozatem ogłuszenie, nieprzytomność, omdlenie, porażenie ogólne. N i e w o l n o p o r a ż o n e g o z a k o p y w a ć w ziemi — ale skoro nie oddecha, robić sztuczny oddech; gdy leży w omdleniu, dawać środki trzeźwiące; spryskać twarz wodą, do wąchania dawać sole trzeźwiące, amoniak, eter. Oparzenia i stłuczenia opatrywać jak wskazano w odpowiednich ustępach.

Powieszenie jest odmianą uduszenia z częstem uszkodzeniem kręgów. Powieszonego natychmiast odciąć należy, pętle na szyi przeciąć i natychmiast stosować oddech sztuczny w ciągu conajmniej $^1/_2$ godziny, aż do chwili, gdy zacznie oddechać. Spryskiwać twarz wodą zimną, do wąchania dawać eter, sole trzeźwiące, po przyjściu do przytomności inne środki podniecające. Wezwać lekarza.

Słoneczne porażenie czyli u d a r s ł o n e c z n y, powstaje skutkiem przegrzania organizmu w dni upalne. Chory uskarża się na ból głowy, nudności, często traci przytomność. Twarz czerwona, białka krwią nabiegłe. Chorego przynieść należy w miejsce ocienione, na głowę kłaść zimne okłady, wycierać całe ciało wodą zimną zdrojową i dawać pić dużo wody. W omdleniu środki trzeźwiące, w razie przedłużającej się niemocy, spieszyć z pomocą lekarską.

Stłuczenia powstają skutkiem uderzenia ciała twardego i zarazem ciężkiego o powierzchnię naszego ciała. Pierwszem wskazaniem w stłuczeniach jest spokój stłuczonej kończyny, pozatem stosować należy na miejsce stłuczenia lód lub okłady zimne w ciągu pierwszych 12 godzin, następnie kompres pod ceratką z wody Burowa.

Udar mózgowy jest wynikiem wylewu krwi z naczyń mózgowych do istoty mózgu. Występuje u ludzi starszych skutkiem zwapnienia naczyń mózgowych. Bezpośrednią przyczyną jest wzruszenie, wstrząśnienie moralne lub fizyczne; często brak bezpośredniej przyczyny wywołującej. U ludzi młodszych z chorobami serca częściej zdarza się zatkanie naczyń mózgu. Następstwem w obu razach jest śmierć natychmiastowa lub też krócej lub dłużej trwałe porażenie połowiczne, t. j. lewej ręki, lewej nogi, prawej połowy twarzy lub odwrotnie. Pierwszem wskazaniem jest wysokie ułożenie chorego, lód na głowę, kąpiel gorczyczna na nogi. Należy wezwać lekarza natychmiast.

Utonięcie. Po wyciągnięciu topielca należy go bezzwłocznie obrócić twarzą ku ziemi, opuściwszy głowę niżej, aby, o ile można wylać wodę z jamy ustnej, nosa, gardzieli, krtani, poczem przystąpić do energicznego stosowania oddechu sztucznego (p. w.), który robić, dopóki chory sam nie zacznie oddechać. Jednocześnie suchą flanelą nacierać całe ciało, a następnie ogrzać chorego butelkami z wodą gorącą, dawać mu mocną herbatę i kawę, eter, krople walerjanowe.

Wstrząśnienie mózgu najczęściej po urazach głowy. Chory nieprzytomny, blady, tętno słabe, wymioty. Układamy chorego poziomo, pozostawiamy go w spokoju. Na głowę lód, do wewnątrz środki trzeźwiące. Wezwać natychmiast lekarza.

Zaczadzenie, zatrucie czadem, czyli tlenkiem węgla. Początkowo chory odczuwa ból i zawrót głowy, duszność, nudność, stopniowo traci przytomność i w razie, gdy pomoc nie pospieszy, w tym stanie umiera. Pierwszem wskazaniem jest wyniesienie zaczadziałego na świeże powietrze; o ile nie oddecha, dawać mu tlen do oddechania, rozcierać ciało flanelą, podawać środki podniecające, na głowę lód, lód do połykania w razie wymiotów. O ile nie oddecha lub oddecha słabo, zastosować natychmiast oddech sztuczny i stosować go długo. Wezwać lekarza.

Zwichnięcie powstaje, jeżeli skutkiem uderzenia, główka kości wyskoczy ze stawu i zajmie nieprawidłowe położenie. Ruchy w danym stawie ustają, lub są bardzo bolesne. Nastawiać zwichnięcia nielekarz nie ma prawa, gdyż może spowodować ciężkie obrażenia, z drugiej znów strony pomoc musi być szybka, gdyż zadawnione zwichnięcia z trudnością ustawić można, co grozi kalectwem. O ile zwichnięciu uległa górna kończyna, należy zawiesić ją na temblaku i na staw zwichnięty położyć pęcherz z lodem, w zwichnięciu nogi, chorego ułożyć na siedzeniu i nieść lub wieść w takiej pozycji, również okładając staw zwichnięty lodem.

Co wpływa na rozrost organizmu?

Ostatnie lata przyniosły niespodziewane wydarzenia w dziedzinie odżywiania. Według dogmatów nauk o żywieniu, wpajanych w nas od młodości, wystarczyć miała do utrzymania i rozwoju naszego organizmu stosownie dobrana mieszanina: białka, tłuszczów i węglowodanów, razem z wodą i solami nieorganicznemi. Wystarczało to w zupełności według zasad i twierdzeń dawnej nauki o żywieniu, szczególnie, jeśli przyprawa substancjami smakowemi i wonnemi — sprawiała, że pokarmy były smaczne.

Jako zupełnie nowa staje przed nami sprawa, że

to wszystko nie wystarcza.

Jeśli młodym zwierzętom dajemy wszystkie tu wymienione części składowe w stanie czystym, ustaje wkrótce ich rośnięcie, organizm ich zanika, występuje szereg chorobliwych zmian i w przeciągu niewielu tygodni padają one. Początkowo niebardzo chciano wierzyć. Ale doświadczenia na coraz to nowych rodzajach zwierząt dawały identyczne wyniki. Gdy zwierzętom tym podawano później na czas jeszcze zwyczajne jedzenie, przywracano ich rośnięcie i zaczynały one znowu rozwijać się prawidłowo.

Doświadczenia te naprowadziły na myśl, że to zwyczajne ich pożywienie obok białka, tłuszczu i t. d. zawierać musi jeszcze i inne, nieznane dotąd części składowe, nieodzownie potrzebne dla prawidłowego rozwoju organizmu. Nazwano je „dodatkowemi substancjami odżywczemi czyli

„witaminami“.

Nazwa „witamina“ pochodzi, jak wiadomo, od znakomitego, polskiego uczonego, — Kazimierza Funka (1912) i stąd też wywodzi się nazwa grupy chorób tzw. „awitaminoz“. Do grupy tej Funk zalicza: „beri-beri“ szkorbut, pellagrę (rumień lombardzki) i angielską chorobę.

Beri-beri,

to choroba, panująca przeważnie w krajach tropikalnych Azji wsch., gdzie ryż stanowi główne pożywienie. Objawia się ona

w porażeniu dolnych kończyn i dolegliwościach ze strony serca. Do tego dołączają się zaburzenia ruchowe z zanikiem mięśni. Młodzi, mocni ludzie, dotknięci chorobą Beri-beri, umierają nagle wśród objawów strasznej duszności. Tak więc istnieje widocznie związek między sposobem żywienia a tą chorobą. — Funk był pierwszym, który wskazał na to, że brak w pożywieniu pewnej nieznanej substancji może być przyczyną choroby Beri-beri.

Wyrazem technicznym „witamina" miał Funk na celu wskazanie na ciało chemicznie określone, niezbędne dla życia zwierzęcego, które to ciało wyosobnił on pod postacią kryształów z otrębów ryżowych. Jakkolwiek wywody te nie zostały potwierdzone przez innych badaczy, a później i przez niego samego, jednakże jest wielką zasługą Funka, że całą tę grupę ważnych chorób rozpatrywał z jednego, wspólnego punktu widzenia. Witamina, choć jako nazwa jest niesłuszna, — stała się pojęciem zbiorowem. Rozróżniamy ich już pewną ilość i w stosunku do odnośnych chorób nazywamy je literami alfabetu A, B, C, D, E. Doszliśmy do litery E i kto wie, czy nie pójdziemy dalej.
Ze wszystkich witamin

witamina A wywołuje największe zainteresowanie.

Stanowi ona najważniejszą część składową tak pożytecznego środka lekarskiego, — jak tran. Wiele ludzi obchodzić się musi w swym codziennym wikcie bez niej, bo pokarmy zawierające ją, należą do najdroższych. Witamina A znajduje się przedewszystkiem w produktach, przeznaczonych dla osobników młodych w pierwszych okresach życia. U ssawców w mleku, u ptaków w jajach, u ryb w tranie. Są one zawarte w mięsie zwykłem, w rybach i w rozmaitych narządach, szczególnie w wątrobie, w tłuszczu wołowym i baranim, w wielu roślinach, prawdopodobnie we wszystkich zielonych liściach.

Witamina nie rozpuszcza się w wodzie, łatwo natomiast w alkoholu, eterze i w tłuszczach. Brak witaminy A w pożywieniu wywołuje zmiany chorobowe; przekonano się o tem w doświadczeniach. Do doświadczeń używa się zazwyczaj szczurów. Jeśli podać młodym szczurom dostateczny karm, w którym brak jednak witaminy A, natychmiast przychodzi do ustania wzrostu.

Witamina A nazywana jest z powodu swych właściwości, wpływających na rośnięcie organizmu, „witaminą rozrostu". Brak tej witaminy w pożywieniu wywołuje

zaburzenia rozrostu

a następnie szereg objawów takich, jak: suchość skóry, a głównie spojówki oka. — W związku z tem przychodzi do zapalenia spojówki oka, a wtórnie do zakażenia i ropnego zapalenia rogówki.

Natura chemiczna tej witaminy jeszcze do niedawna była rzeczą sporną. Japończyk Takahashi wyizolował witaminę A z tranu i myśląc, że to ciało bliskie jest cholesterynie, nazwał je biosteryną. Późniejsze badania chemika szwedzkiego Eulera, dowiodły,

że znajdująca się w marchwi, a chemicznie czysto wyodrębniona karotyna posiada własności, podobne do witaminy A. Wiadomo, że i chlorofil ma takie same właściwości.

Otóż Euler

wyodrębnił i dokładnie określił formułę chemiczną witaminy A.

Podał on też metodę chemiczną dla stwierdzania obecności witaminy A. Reakcja ta została dalej opracowana dla ilościowego określania tej witaminy (metoda kalorymetryczna). Z badań nad karotyną doszedł Euler przez hydrolizę do witaminy A, która jest, jak widzimy, jedynym czynnikiem wzrostu organizmu; karotyna — to tylko jedna z cegiełek wzrostu.

Z powyższego widać, że witamina A ma siłę tonizującą dla zwierzęcia i dla człowieka i stąd płynie jej wielka wartość terapeutyczna dla medycyny. Z drugiej zaś strony tak bardzo dziś cenione odżywianie roślinne znajduje również uzasadnienie, w uznaniu zawartych w roślinach witamin, szczególnie zaś „witaminy wzrostu".

O sztucznem odżywianiu niemowląt.

Przy sztucznem odżywianiu niemowląt ważnem jest, aby pokarm, który niemowlęciu się podaje, był jaknajbardziej zbliżony do najzdrowszego naturalnego pokarmu matki. Ponieważ rozcieńczone mleko krowie nie zawiera odpowiedniej ilości węglowodanów, w które obfituje mleko matki, przeto ten niedobór węglowodanów w rozcieńczonem mleku uzupełnia się przez rozmaite rodzaje cukru. Te rodzaje cukru różnią się między sobą zarówno wartością odżywczą jak i działaniem. Tak n. p. często używany cukier mleczny (laktoza) działa silnie przeczyszczająco, silniej niż surowy cukier trzcinowy. Najczęściej stosowany jest cukier odżywczy dla niemowląt pod nazwą „NUTROMALT", gdyż nie wywołuje żadnych zaburzeń, a powoduje szybki przyrost wagi i zdrowy wygląd niemowlęcia.

Nutromalt odznacza się silnemi własnościami przeciwbiegunkowemi, dlatego też znajduje zastosowanie w leczeniu wszystkich biegunek oraz zaburzeń w normalnem trawieniu, co jest niezmiernie ważne zwłaszcza w porze letniej, kiedy sztuczne odżywianie zwykłe pociąga za sobą tego rodzaju zaburzenia. To też przy sztucznem odżywianiu podaje się w lecie Nutromalt zapobiegawczo jako stały pokarm niemowląt.

Niemowlętom skłonnym do zaparcia dajemy zupę słodową Kellera, która ma lekko przeczyszczające działanie. Do sporządzania tej zupy leczniczej służy Hordomalt Dra Wandera.

O odżywianiu.

Do każdej czynności życiowej potrzebuje ustrój człowieka znacznej ilości energji i substancyj niezbędnych do odbudowy tkanek, które dostarczane są przez substancje odżywcze nieorganiczne (sole mineralne) i organiczne (białka, tłuszcze, węglowodany).

Niezależnie od starannego doboru pokarmu według ich wartości odżywczej, należy przestrzegać jeszcze innych wskazań prawidłowego odżywiania się, w pierwszym rzędzie łatwostrawności, która zależy od czasu, w jakim dany pokarm opuszcza żołądek. Substancje odżywcze powinny być dostarczane organizmowi w takiej formie, w której najszybciej wchłaniają się do krwi, bowiem niepotrzebny balast zużywa znaczne ilości energji na czynności procesu trawienia i wydalania, przyczem osłabia organizm.

Ważnym jest również dobry smak pokarmów, gdyż pobudza on apetyt, który jest sprawdzianem normalnego trawienia.

Szczególnie ważną rolę w odżywianiu odgrywają witaminy, których brak w pożywieniu wywołuje t. zw. awitaminozy. Ponieważ witaminy najłatwiej ulegają zniszczeniu lub uszkodzeniu przy gotowaniu i przyrządzaniu potraw, przeto zestawienie pożywienia w ten sposób, aby zawierało odpowiednią ich ilość napotyka przeważnie na przeszkody. Zresztą niekażdy ma możność dobierać tak pożywienie, aby zawierało wszystkie substancje odżywcze niezbędne dla organizmu w odpowiedniej ilości i w odpowiednim stosunku. Zawsze jednak mamy możność zapobiegać nieodżywieniu przez stosowanie środka odżywczego, który uzupełnia pożywienie normalne a czasem nawet może je zastąpić. Wystarczy wskazać na popularną skoncentrowaną odżywkę „OVOMALTINE“, którą ze względu na doskonały smak można stosować w miejsce kawy, herbaty i innych napojów. — Odżywka ta:

1) zawiera wszystkie substancje odżywcze niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania ustroju, w formie skoncentrowanej.
2) jest łatwostrawna, wchłania się do krwi całkowicie w ciągu bardzo krótkiego czasu, nie obciąża żołądka.
3) zawiera wszystkie witaminy grup A, B, C i D w stanie czynnym, zachowane w Ovomaltinie dzięki specjalnemu sposobowi fabrykacji.
4) zawiera lecytynę, substancję służącą bezpośrednio do odbudowy tkanki nerwowej.
5) zawiera czynną diastazę ułatwiającą trawienie.
6) odznacza się dobrym smakiem.

Nawet osoby chore lub starsze względnie cierpiące na żołądek mają możność zapobiec przykrym skutkom niedożywienia, gdyż nawet w tych wypadkach, w których bądźto zupełnie nie mogą przyjmować, pożywienia, bądź też nie mogą go należycie strawić, dostarczą ustrojowi zapomocą Ovomaltyny wszystkich potrzebnych substancyj odżywczych, nie obciążając przytem organów trawienia.

Cudowny lek — wątroba.

Medycyna współczesna uważa od lat kilku wątrobę za potrawę cudotwórczą, która ochrania i leczy groźną chorobę, znaną pod nazwą „niedokrwistości złośliwej“. Sama nazwa

„niedokrwistość złośliwa“

wskazuje już na chorobę krwi, która w swoich konsekwencjach jest groźna dla człowieka.

Krew nasza składa się, jak wiadomo, poza osoczem i białemi ciałkami krwi także w dużej ilości i z czerwonych krwinek, które to ciałka spełniają szereg ważnych i doniosłych funkcyj, posiadają stały skład i liczba ich nie śmie ulegać większym zmianom, jeśli życie i zdrowie niema ulec znacznym zaburzeniom. Niech bowiem tylko ilość ciałek się zmniejszy, a już zaczynamy odczuwać najrozmaitsze dolegliwości, a wzywany lekarz, po zbadaniu stwierdza niedokrwistość i już musi dołożyć wszelkich starań, by proces ten, o ile możności jaknajprędzej, powstrzymać.

I tak widzimy np., że przy nagłej utracie wielkich ilości krwi,

przy silnych i obfitych krwotokach,

kiedy organizm nie jest w stanie takiej samej ilości krwi wytworzyć szybko i w ciągu najkrótszego czasu, życie chorego jest zagrożone i tylko natychmiastowa transfuzja krwi t. j. przetaczanie krwi bezpośrednio z żyły osobnika zdrowego do żyły chorego, może go uratować od śmierci. Nie jest to, oczywiście, jedyny przypadek niedokrwistości. Bywają przypadki zaniku czerwonych ciałek krwi, wywołane

zmianami biologicznemi:

z powodu złego odżywiania, jak u dzieci karmionych koziem mlekiem, lub choroby, jak rak i pasożyty jelitowe, a także — ciąży. We wszystkich tych wypadkach niedokrwistość łatwo daje się leczyć i znika zawsze po usunięciu przyczyny lub uleczeniu choroby pierwotnej.

Z anemją złośliwą jest już o wiele gorzej. Przedewszystkiem chorobę rozpoznaje się naogół dopiero w późniejszem stadjum, kiedy dała się już poważnie we znaki swej ofierze. Czerwone ciałka stale się zmniejszają i dość często spadają do jednej piątej swej normalnej ilości. Z żołądka znikają kwas i fermenty,

niezbędne dla regularnego trawienia; chory nie odczuwa głodu, a często zjawia się nawet wstręt do wszystkich potraw; głód powoduje wyniszczenie organizmu, a w pierwszym rzędzie doznaje osłabienia system nerwowy. Głód, chory przewód pokarmowy, zmiany w ustroju nerwowym i ciągłe zmniejszanie się ilości czerwonych ciałek krwi, tych cudownych tworów, które w swoim obiegu odżywiają i oczyszczają organizm od gazów trujących, pochodzących z produktów rozkładu, — wszystkie te zmiany prowadzą niechybnie do śmierci.

Bezradny stawał lekarz wobec tej choroby i nie pozostawało mu nic więcej, jak być świadkiem agonji swego pacjenta. Dopiero badania uczonych amerykańskich, w pierwszym rzędzie Whipple'a, tworzą

nową erę w leczeniu niedokrwistości złośliwej.

Uczony ten wykazał na zwierzętach, że wątroba leczy anemję.

Zaczęto wobec tego we wszystkich krajach stosować wątrobę i wynik okazał się niebywały — wszyscy chorzy, którzy pozostawali pod groźbą niechybnej śmierci, wyzdrowieli. Lekarze natknęli się jednak przytem na poważne trudności: chorzy, odczuwając wstręt do jedzenia, a szczególnie do mięsa, nie mogli spożywać przepisanych ilości wątroby. Od czegóż jednak Amerykanie są Amerykanami? Po tamtej stronie Atlantyku, w kraju śmiałych i gigantycznych przedsiębiorstw, potrafiono i odkrycie Whipple'a uprzemysłowić. Jedna z największych fabryk chemicznych zorganizowała hodowlę bydła takich rozmiarów, że jest w stanie dostarczać setek tysięcy kilogramów uboju do wielkomiejskich jatek, a tysiące kilogramów wątroby do retort chemicznych.

Chemicy usiłowali wyosobnić z wątroby

substancje, posiadające własności lecznicze.

Z zadania swego wywiązali się nadzwyczajnie. Wystarczy spożyć pół grama proszku, wydzielonego z wątroby, ażeby uzyskać ten sam efekt, co po spożyciu jednego kilograma wątroby.

Amerykanie nie ograniczyli się wyłącznie do prac laboratoryjnych. Wszystkich chorych na anemję złośliwą, z całych Stanów Zjednoczonych Ameryki Północnej skierowano do jednego szpitala. Wyciągi, pochodzące z wielu tysięcy kilogramów wątroby, podawano w postaci proszków ogromnym rzeszom chorych. Chory nie był skazany na spożywanie dużych ilości wątroby; wystarczyło zażyć dziennie 2—3 proszków o przyjemnym smaku i zapachu, by już po kilku dniach móc stwierdzić znaczne polepszenie, przyczem chory powoli odzyskiwał apetyt i powracał do zdrowia.

U nas, w Polsce, badania amerykańskich uczonych zasługują na szczególną uwagę, a to tem bardziej, że wątroba jest u nas bardzo tania i dostępna najszerszemu ogółowi. Pamiętać trzeba tylko o tem, że musi to być wątroba **lekko tylko podgotowana**, smażona lub pieczona, jeśli nie chce się unicestwić w zupełności własności leczniczych tego nowego środka.

Czy wzrost zachorowań na raka?

Z najrozmaitszych stron, z artykułów wybitnych uczonych z odczytów, wykładów, a nawet z prasy codziennej, która sprawom zdrowia poświęca dziś dużo miejsca, zewsząd słyszy się niepokojące alarmy, że najgroźniejsza ze wszystkich chorób, rak, przybiera co raz to więcej na sile; że z roku na rok mnoży się ilość przypadków zachorowań i śmierci, spowodowanych przez to straszne cierpienie.

Wydaje się rzeczą dziwną, że akurat w dobie największego rozkwitu walki z rakiem, kiedy cały prawie świat lekarski jest pochłonięty tem zagadnieniem, rak pochłania właśnie

coraz więcej ofiar.

Przecież ta walka daje już pewne owoce i to wcale poważne. Przy wczesnem rozpoznaniu raka nie obawiamy się go już dziś tak, jak dawniej. Możemy go wyleczyć zupełnie za pomocą noża, radu i Roentgena. Skądże więc te alarmy i czy nie są to fałszywe alarmy?

Nie. W doniesieniach tych niema przesady. Istotnie choroba raka przybiera zatrważające rozmiary. Przekonywują nas o tem najlepiej suche, statystyczne zestawienia. W krajach, gdzie na terenie całego państwa prowadzono od kilkudziesięciu lat dokładne zestawienia przyczyny zgonów, zjawisko to występuje bardzo wyraziście. Dokładnemi danemi rozporządzają n. p. pod tym względem Niemcy. Oficjalna statystyka z r. 1910, podaje 50.419 zgonów z powodu raka, a w r. 1928 ta sama rubryka zgonów wynosi aż 72.529. Olbrzymi wzrost! Tem większy, że śmiertelność wskutek innych chorób ustawicznie spada, wraz z postępem medycyny i poprawy warunków higjenicznych życia. Te same n. p.

dane w odniesieniu do gruźlicy, drugiej plagi ludzkości, wykazują ogromny spadek śmiertelności.

Analogiczne zjawisko spotyka się na całym świecie, we wszystkich państwach, a także i w Polsce, gdzie nawet na tak krótkim odcinku czasu, jak w ciągu kilkunastu lat niepodległości,

zaznaczył się ogromny wzrost choroby raka, który w cyfrach bezwzględnych przerasta wszystkie inne choroby, a nawet gruźlicę, pochłaniającą do niedawna największą liczbę ofiar.

Gdzie leży przyczyna tego zjawiska? Co powoduje tak olbrzymi wzrost zachorowań na raka? Jak długo jeszcze będzie trwał ten proces? — oto pytania, które każdemu cisną się na usta. Czy wiedza dzisiejsza potrafi nam dać na nie odpowiedź?

Każdy, kto interesował się dotąd tem zagadnieniem, napotkał z pewnością na rozmaite hipotezy i przypuszczenia, które usiłowały wytłumaczyć to zjawisko. Oskarżano po kolei wszystkie objawy i znamiona cywilizacji, która przyniosła nam ten olbrzymi wzrost zachorowań na raka. Mówiono, że to

produkty terowe,

z któremi człowiek ciągle się styka na ulicy (asfalt) i w przemyśle, powodują powstawanie raka. Wszakże przez systematyczne pocieranie skóry smołą można u zwierząt wywołać eksperymentalnie raka. Zadymienie atmosfery miast przez wzrost ilości kominów fabrycznych i jadów chemicznych, produkowanych przez przemysł, miało wywierać ten sam skutek.

Jedni powiadali, że to rozpowszechnienie

naczyń aluminjowanych

powoduje wzrost raka inni że to zwiększenie konsumcji kawy, jeszcze inni, fanatycy „dawnych, dobrych czasów" obwiniali całą kulturę, przeciwnicy palenia — tytoń, jarosze — mięso, słowem nie można się było dotąd zorjentować, kto ma rację, a kto nie. Każdy przytaczał poważne argumenty.

Wśród prawdziwej powodzi mniej lub więcej naukowo uzasadnionych teoryj, wypowiedzianych nieraz przez najpoważniejsze usta, zapomniano o jednej, bardzo ważnej rzeczy, na którą ostatnio zwróciło uwagę kilku wybitnych teoretyków:

Rak jest chorobą ludzi starych.

Występuje masowo dopiero od czwartego dziesiątka lat, a największe jego nasilenie przypada na wiek między 50 a 60 rokiem życia.

Co to ma do rzeczy?

Stwierdzenie to tłumaczy nam w zupełności zwiększenie się liczby zachorowań na raka. Dzisiejsze bowiem społeczeństwo jest w większym stopniu

społeczeństwem starych ludzi,

niż dawniej. Przed kilkudziesięciu laty ludzie umierali w młodszym wieku, niż dziś. Czas trwania życia został dzięki postępom medycyny i higjeny przedłużony. Jeszcze w r. 1880 wynosił on przeciętnie 36 lat, a dziś wynosi 56 lat. Ludzie więc umierali wcześniej, nim doszli do granicy wieku, kiedy zazwyczaj występuje rak.

Równocześnie nie można zapominać o innem zjawisku, które nam daje „optyczne" złudzenie zwiększenia się ilości zachorowań na raka.

Środki djagnostyczne

dla rozpoznania raka były dawniej bardzo skąpe. Rozpoznawano go wobec tego w okresach, kiedy nie można już było uratować nieszczęśliwego chorego. A iluż było i takich, którzy szli do grobu z rozpoznaniem „śmierć ze starości", a w gruncie rzeczy umierali na raka? Dziś błędy djagnostyczne zostały sprowadzone do minimalnych granic. Rubryka „śmierć ze starości" nie istnieje niemal w statystykach. Stąd też zwiększyła się rubryka śmierci z powodu raka.

To wszystko wyjaśnia nam w dostateczny sposób przyczynę wzrostu zachorowań na raka. Nie jest ona w gruncie rzeczy większa, niż dawniej. Nie mamy też powodu do chwalenia „dawnych, dobrych czasów", które nie były tak bardzo dobre, skoro ludzie żyli o 20 lat krócej, niż teraz. W każdym jednak razie nie zwalnia nas to od obowiązku walki z rakiem, który — jak się okazuje w świetle współczesnych statystyk — jest najgroźniejszym wrogiem zdrowia i życia ludzkiego.

Sposób działania alkoholu na organizm ludzki i jego skutki.

Jedną z największych plag ludzkości stanowi alkoholizm, który stopniowo doprowadza do ruiny cały ustrój człowieka, przedewszystkiem zaś układ pokarmowy, krwionośny i nerwowy. Żadna tkanka, żadna komórka ustroju nie jest wolną od zabójczego wpływu alkoholu; co więcej jeszcze wpływ jego rozciąga się też na potomstwo alkoholików. Dzieci pijaków stanowią osobniki zwyrodniałe zarówno pod względem duchowym, jak i fizycznym; przeważna część ich staje się przestępcami, idjotami, epileptykami, mieszkańcami szpitali dla umysłowo i nerwowo chorych, reszta zaś to ludzie zapadający łatwo we wszelkie choroby. Według obserwacji pewnego szpitala prowadzonych na 10 rodzinach pijackich z 57 ich dzieci było 25 dzieci niezdolnych do życia, 11 idjotów i zatrzymanych w rozwoju, 6 z padaczką (epilepsią), 5 o nieprawidłowej wrodzonej budowie ciała, a tylko 10 dzieci było mniej lub więcej normalnych. — Aby zrozumieć działanie alkoholu na ustrój człowieka, muszę omówić przedewszystkiem wpływ jego na komórkę, która jest podstawowym składnikiem każdego żywego ustroju.

Alkohol, zwany też wyskokiem, powstaje wskutek działalności drożdży, składających się z żywych komórek drożdżowych, na cukier w obecności wody. — Następuje tutaj spoczątku szybkie wytwarzanie się alkoholu i bezwodnika węglowego, ale później, skoro trochę już więcej wytworzy się alkoholu — mniejwięcej 20%, wytwarzanie się dalsze alkoholu ustaje zupełnie, gdyż alkohol już w tem stężeniu zabił żywe komórki drożdżowe, chcąc więc w dalszym ciągu wytwarzać z cukru alkohol, musimy ciągle rozcieńczać roztwór wodą, aby nie dopuścić do zabicia komórek drożdżowych. Podobnie jak na komórki drożdżowe działa alkohol na wszelkie żyjące komórki, a więc i człowieka — w słabem rozcieńczeniu pobudza je do czynności wzmożonej, ale trochę silniejszy paraliżuje czynności komórki a wkońcu je zupełnie zabija, niszczy. Komórki jednakowe budową i czynnością tworzą tkanki — zmiany

w nich pod wpływem alkoholu zachodzą przedewszystkiem w najdelikatniejszej tkance nerwowej, a potem powoli działalność zabójcza alkoholu szerzy się i na inne tkanki ustroju jak mięśniową, nabłonkową itp. wszędzie wywołując osłabienie czynności, zmiany w budowie, wkońcu zwyrodnienie. Pożyteczne działanie alkoholu zawarte więc jest w bardzo małych granicach, których nie możemy oznaczyć i które bardzo łatwo przekroczyć, przekroczenie zaś ich powoduje jak wyżej powiedziałem sparaliżowanie normalnych czynności i zmiany w budowie komórek i tkanek. W łatwości przekroczenia tej granicy tkwi to fatalne jądro sprawy, że nie wiemy, gdzie się kończy umiarkowane użycie nieszkodliwe jeszcze dla człowieka, a gdzie się zaczyna ta ilość szkodliwa.

Według obliczeń lekarzy francuskich taką nieszkodliwą dawką dla człowieka zdrowego, pracującego, jest 30 gr. alkoholu na dobę.

Wszystkie narządy muszą ze sobą jaknajdokładniej współdziałać, aby ustrój był zdrów i mógł skutecznie zwalczać wszystkie szkodliwości, które mogą dostać się z pokarmem do ustroju i zatruć go, względnie osłabić działanie poszczególnych narządów, niezbędnych dla naszego zdrowia i życia. Takim jadem, który dostaje się do przewodu pokarmowego jest alkohol. — Wiemy już z poprzednich, że wywołuje zmiany wsteczne w komórkach, tkankach, narządach. W pierwszym więc rzędzie wywoła on zmiany w jamie ustnej mianowicie przewlekły stan zapalny błony śluzowej, wyścielającej jamę, który charakteryzuje się przez nadmierne gromadzenie się na powierzchni tych błon śluzu. Śluz ten utrudnia należyte zetknięcie się śliny z pokarmem, przez co przemiana krochmalu w cukier odbywa się słabiej. Dalej takiż przewlekły stan zapalny powoduje alkohol w gardzieli i przełyku, objawiający się paleniem i zgagą, utratą smaku. Gdy większe ilości alkoholu dostaną się do żołądka, to wywołują na jego błonie śluzowej jak gdyby oparzenia — błona ta zaczerwieni się, brzęknie, co jest objawem ostrego stanu zapalnego błony śluzowej żołądka. Ten ostry stan zapalny w miarę trwania i przy powtarzającem się drażnieniem alkoholu doprowadza do przewlekłego kataru żołądka, niekiedy nawet powoduje mniejsze lub większe owrzodzenie, kończące się nieraz i śmiercią. Żołądek wydziela też mniej soku żołądkowego, wskutek czego pokarm przebywa dłużej w żołądku, przyczem wytwarzają się różne gazy i kwasy. Gdy wreszcie pokarm a wraz z nim i alkohol dostanie się do dwunastnicy, to powoduje też tutaj podrażnienie i stan kataralny będący dalej powodem zmniejszenia wydzielania soku trzustkowego i żółci, które właśnie w takim przypadku dla należytego strawienia i uchronienia powinno być raczej wzmożone; dlatego gorzej w pokarmie takim jest strawiony i krochmal, tłuszcz i białko. Gdy więc dalej przejdzie pokarm wraz ze znajdującym się z nim alkoholem do jelita cienkiego, znowu powoduje podobnie jak wyżej początkowo katar ostry, później przewlekły, którego objawami są zaparcia lub rozwolnienia stolca, bóle i zawroty głowy, chudnięcie i wyniszczenie wskutek upośledzonego odżywiania organizmu. Ale nie

na tem jeszcze koniec. Przy chłonieniu w jelicie cienkiem miazgi pokarmowej zostaje wessany też z nią i alkohol, który wraz z krwią przenika do wątroby, która ma za zadanie zatrzymywać i unieszkodliwiać różne jady. Ale wątroba dając sobie łatwo radę z różnemi jadami, w walce z alkoholem prędzej lub później ulega, wyrodnieje, skutkiem czego nie może pełnić jednej z najważniejszych czynności jaką jest gromadzenie na zapas cukru w postaci glikogenu. W następstwie czego może przyjść do choroby zwanej cukrzycą, przy której to znaczna ilość cukru wydziela się z moczem, a człowiek niszczeje, chudnie i wkońcu ginie. Nadto może też przyjść do innej choroby zwanej żółtaczką, gdzie żółć wytwarzana przez wątrobę dostaje się do krwi i zabarwia na żółto ciało. Przy długo trwających zaburzeniach ze strony wątroby a nieustającem nadużywaniu alkoholu przychodzi do innych zmian wątroby, w których ona zmniejsza się, staje się twardą, przestaje pełnić swoje funkcje przyczem zostaje utrudniony odpływ krwi z jamy brzusznej w następstwie czego przychodzi do wytwarzania się płynu w jamie brzusznej, cała sprawa kończy się wkrótce śmiercią. — Gdy więc wątroba wskutek alkoholu ulegnie zmianom i nie może zatrzymać i unieszkodliwić alkoholu, alkohol ten dostaje się do całego układu krwionośnego. We krwi powoduje zmniejszenie krzepliwości, wskutek czego u alkoholików nawet przy najmniejszych skaleczeniach może przyjść do krwotoków nie dających się zatamować, bo krew się nie ścina, nie krzepnie. Dalej alkohol działa we krwi na jej białe ciałka, które stanowią armję obronną organizmu — mianowicie są one mniej ruchliwe, mniej czynne wskutek czego u alkoholika mogą łatwiej i szybciej rozmnażać się w organiźmie różne chorobotwórcze drobnoustroje — czyli alkoholicy okazują większą podatność na choroby zakaźne. Ale alkohol wpływa nietylko na krew, ale także na serce samo i naczynia. Naczynia pod wpływem alkoholu stają się mniej sprężyste, rozszerzają się, co widać zwłaszcza na nosie i twarzy i łatwo pękają, powodując niebezpieczne zwłaszcza krwotoki w mózgu. Co do serca to ulega ono z jednej strony stłuszczeniu i osłabieniu wskutek tej jego działalności, z drugiej strony wskutek zwiększonej pracy dzięki zmienionym naczyniom, serce, aby móc tej pracy zwiększonej podołać, przerasta i wkońcu przychodzi do znacznego osłabienia mięśnia sercowego i zwyrodnienia. Wtedy zjawia się u takich chorych alkoholików bicie serca, obrzęki kończyn, dychawica itp. objawy, w stanie takim nawet zupełne wstrzymanie się od alkoholu nie zapobiega pogarszaniu się choroby. Alkohol działa też szkodliwie na narząd oddechowy dlatego alkoholicy tak łatwo zapadają na zapalenie płuc, gruźlicę i inne przewlekłe schorzenia płuc. Nadmienić tutaj muszę, że między gruźlicą a alkoholizmem zachodzi wybitny i namacalny związek. Alkohol wywołując głębokie zmiany we krwi, zmniejsza zdolność obronną ustroju w walce z zakażeniem — stąd widzimy u pijaków większą łatwość nabawienia się choroby zakaźnej i fatalny ich przebieg u nich, kończący się zazwyczaj śmiercią. Stąd pijaństwo może być jedną z bardzo ważnych przyczyn gruźlicy, jednak nie jedynych, gdyż

na powstawanie gruźlicy wywierają też wielki wpływ stosunki materjalne, mieszkaniowe, sanitarne itp. Stwierdzono jednak, że im mniejsza jest zawartość alkoholu w napojach używanych przez ludność, tem rzadziej mamy do czynienia z alkoholizmem i tem rzadszą jest gruźlica. Tak np. we Włoszech gdzie mieszkańcy pili mocne wino śmiertelność na gruźlicę znacznie się zwiększała w porównaniu z okolicami, gdzie ludność piła wino lekkie. Wiadomo też, że na gruźlicę w każdym kraju najmniej zapadają żydzi tłumaczy się to tem, że jakkolwiek żydzi trudnią się wyszynkarstwem to używają alkoholu rzadko i w bardzo umiarkowanej ilości w święta i dni uroczyste. Wkońcu związek między alkoholem a gruźlicą zachodzi wskutek tego, że pijak wydając duże kwoty na picie, musi się gorzej żywić, gorzej mieszkać i ubierać, co zatem sprzyja i ułatwia zarażenie się gruźlicą. Wkońcu wogóle zaznaczyć należy, iż alkohol jest jadem szkodliwym dlatego, iż łatwo dostaje się on wszędzie — stąd zrozumiałe są objawy ze strony mózgu, oka, ucha występujące u alkoholików — jak zanik pamięci, obniżenie poziomu moralnego, cały szereg chorób umysłowych i nerwowych, osłabienie wzroku niekiedy nawet ślepota, głuchota. — W tem wszystkiem tragiczne jest to, iż gdy choroba się raz zacznie, to posuwa się wolno, ale stale naprzód, a zapóźno jest już wtedy powstrzymywać się zupełnie od alkoholu. Takie wstrzymanie się od alkoholu u alkoholików nałogowych, bardzo trudne, może co najwyżej wpłynąć na zwolnienie rozwoju choroby, nigdy jednak na jej zupełne powstrzymanie. Nigdy też nie można przewidzieć, ile alkoholu zadziała szkodliwie na dany organizm, stąd też niektóre osoby przy nieznacznem jednem użyciu zachorują ciężko, inne zaś dużo pijące, chwilowo w czasie mniejszej odporności pod wpływem dawki znacznie mniejszej niż zwykle piją, mogą nagle zachorować. Stąd polecene nietylko nie należy nadużywać alkoholu, lecz pewniej jest wyrzec się go zupełnie.

Stąd wypływają wnioski, że należy walczyć z alkoholizmem we wszelkiej postaci czy to wódki, czy piwa, czy wina itp., że należy zwalczać używanie alkoholu jako środka sprowadzającego nastrój błogi, jako środka odżywczego, za jaki go niektórzy mają, gdyż początkowy stan błogi kończy się przygnębieniem, a odżywianie pod wpływem alkoholu przeciwnie, podupada. Hasłem więc każdego powinna być zupełna wstrzemięźliwość w użyciu alkoholu, który powinien pozostać tylko środkiem leczniczym w rękach lekarza, a zginąć jako środek do rozpijania ludzkości i wpędzania jej w nędzę.

A. Czer.

Reumatyzm.

Czy jest dziś na świecie człowiek, któryby choć raz w życiu nie miał dolegliwości reumatycznych? Wszyscy znamy dobrze owe szarpiące, kłujące i ciągnące bóle, które charakteryzują tę tak bardzo rozpowszechnioną chorobę i które pojawiają się zarówno w mięśniach, jak i w stawach, w nerwach, jak w kościach, czy to przy wykonywaniu ruchów czy też i niezależnie od nich.

O ile dolegliwości te istotnie są reumatyczne, a nie są objawem chorobowym zupełnie innego rodzaju, muszą mieć wspólne źródło, którem, jakto wiemy z doświadczenia, jest najczęściej **zaziębienie**. Pojęcie „zaziębienia" nie należy zresztą do ustalonych i było już niejednokrotnie przedmiotem gorącej polemiki między lekarzami. Faktem nie dającym się zaprzeczyć i wielokrotnie stwierdzonym jest, że organizm na częściowe albo ogólne ochłodzenie reaguje przeważnie zachorzeniem, chociaż skala wrażliwości jest tu bardzo rozległa. Jedni bezkarnie mogą się długo narażać na zimno i wilgoć, inni przy najmniejszej sposobności, od najlżejszego wietrzyka albo od dotknięcia bosą stopą podłogi dostają kataru, zapalenia gardła albo reumatyzmu.

Reumatyzm mięśniowy albo obejmuje całą grupę mięśni albo też ogranicza się tylko do jednego mięśnia, jak np. przy t. zw. postrzale. Bóle zjawiają się nagle i w ciężkich przypadkach zupełnie uniemożliwiają wszelki ruch. We wszystkich przypadkach prawdziwego reumatyzmu istotą choroby jest zapalenie dotkniętych nią tkanek. Zapalenie to, któremu często towarzyszy i gorączka, powoduje różne zmiany, widoczne bądź z zewnątrz jak obrzęk, bądź też wyczuwalne przy dotknięciu pod postacią gruzełków, zgrubień i t. p.

Innym rodzajem reumatyzmu jest reumatyzm nerwowy, który również może objąć całą grupę nerwów, a najczęściej występuje pod postacią ischiasu albo neuralgji głowy. Te dolegliwości również spowodowane są zaziębieniem. Ścisła łączność, jaka zachodzi między mięśniami a nerwami, często uniemożliwia odróżnienie reumatyzmu nerwowego od mięśniowego. Często też wszelkie bóle, dla których nie możemy znaleźć innego określenia; oznaczane są mylnie mianem reumatyzmu. Najczęstszą i najdokucz-

liwszą formą reumatyzmu jest reumatyzm stawowy, który często przyprawia ludzi o przedwczesną niezdolność do pracy, a którego zwalczaniem zajmuje się Komitet międzynarodowy. Komitet ten przedewszystkiem przez zebranie obfitego materjału statystycznego, stara się ustalić warunki, w których powstaje reumatyzm stawowy. Gdy znane będą powody powstawania choroby, znajdą się i środki zapobiegawcze, zarówno jak lecznicze. Już dziś zwraca się uwagę na to, by jednostki, skłonne do reumatyzmu, nie obierały sobie zawodu, narażającego je na szkodliwe wpływy atmosferyczne. Środkami leczniczemi w wypadkach reumatyzmu są od niepamiętnych czasów zabiegi cieplne, jak kąpiele, zwłaszcza borowinowe i mineralne, pozatem też masaż i t. zw. kąpiele elektryczne. Ponieważ jednak często bóle zupełnie innego pochodzenia brane są mylnie za reumatyzm, należy w każdym poszczególnym wypadku radzić się lekarza i nigdy nie rozpoczynać leczenia na własną rękę.

Biała trucizna.

Jednym z najbardziej popularnych, a często nadużywanym przez narkomanów, narkotykiem znanym pod nazwą „białej trucizny", jest kokaina. Zdobycie kokainy natrafia bodaj na większe jeszcze trudności, niż zaopatrywanie się w ampułki częściej jeszcze stosowanej morfiny, gdyż kokainę w proszku (a w tej wszakże postaci zażywają narkomani kokainę) lekarze naogół przepisują rzadko i w niewielkich ilościach. Apteki wydają kokainę tylko na mocy przepisu lekarskiego, ściśle rejestrując w każdym przypadku ilość wydanej kokainy. To też na bruku większych miast, a w tej liczbie u nas przedewszystkiem w Warszawie, spotkać można nielegalnych handlarzy kokainą, odwiedzających często większe kawiarnie, dancingi, kabarety: czychają oni na nieszczęsne ofiary nałogu, wyłudzają od nich ostatnie grosze i doprowadzają do ruiny moralnej i materjalnej.

Podobnie, jak morfinizm, także i kokainizm szerzy się niestety — jak to wykazuje statystyka — przedewszystkiem

wśród inteligentnych warstw społeczeństwa.

Nałogół ten uprawiają urzędnicy, studenci, oficerowie, aktorzy itp. Wśród kobiet największy odsetek zwolenniczek przypada na tancerki kabaretowe, prostytutki itd. Narkomani stosują kokainę pod postacią kryształków do wąchania. Szybko przychodzi oczywiście do przyzwyczajenia, przeto dawka kokainy stale wzrasta, aby przekroczyć wreszcie nawet kilka gramów w ciągu doby.

Początkowo kokaina wywołuje lekki zawrót i ból głowy, wnet jednak występuje doskonałe samopoczucie (euforja). Ludzie zdenerwowani, wyczerpani na duchu, rozleniwieni doznają uczucia, jakby nowy zasób energji przypadł im w udziale. Pełni werwy i entuzjazmu chcą pracować, tworzyć, myśleć; dużo mówią, dyskutują, wszystko krytykują, łatwo wdają się w demagogję; niekiedy stwierdza się u nich lekką gonitwę myśli. Częstokroć na skutek działania kokainy występują

marzenia,

które niekiedy w wyobraźni narkomanów przybierają charakter realny; kokainiści marzą godzinami i wydaje się im, że objekty ich marzeń stanowią bezapelacyjną rzeczywistość.

Osobnikowi, pozbawionemu pracy, materjalnie zrujnowanemu, wydaje się, że jest właścicielem pałaców, wielkich fabryk, samochodów, że jest najbogatszym człowiekiem pod słońcem. Kobiecie, która doznała ciężkiego zawodu miłosnego, strapionej, rozczarowanej, pozbawionej otuchy i chęci do życia, wydaje się, że jest w objęciach utraconego kochanka, że jest przez niego na nowo kochana. Przebrzmiały i „jałowy" literat, którego utwory wywołują niesmak czytelnika i niechęć wydawcy, gdy zażyje kokainy, staje się w wyobraźni swojej znów słynnym powszechnie znanym i cenionym literatem czy dziennikarzem, zaskarbia sobie uznanie i rozgłos wśród najszerszych warstw społeczeństwa. Marzenia te jednak szybko mijają, a objekty ich pryskają jak bańki mydlane, powodując tylko rozczarowanie, tem cięższe przygnębienie, pustkę wewnętrzną, uczucie zniechęcenia i bezcelowości życia.

Ponadto doznają kokainiści

zwidywań i omamów,

częściej wzrokowych, niekiedy jednak słuchowych. Doprowadzać to nieraz może do tragicznych kofliktów. Nałogowa kokainistka widzi męża swego, człowieka solidnego, który ją szanuje i kocha, w objęciach rywalki, jak uzbrojony w rewolwer i sztylet, czycha na jej zgubę, wsypuje truciznę do jadła, śledzi każdy jej krok. Z tego też powodu, bez żadnej podstawy, jedynie na skutek przewlekłego zatruwania się kokainą, robi wyrzuty Bogu ducha winnemu mężowi, prowokuje sceny niewiary małżeńskiej, aż wreszcie współżycie pod jednym dachem staje się niemożliwością i nieuleczalny nałóg nieszczęśliwej kobiety doprowadza wreszcie do rozwodu.

Stałe dążenie kokainistów do reprodukowania błogich, czarujących marzeń, które tak szybko mijają, powodując tylko depresje, zmusza ich oczywiście do ponownego zażywania kokainy, stąd już niedaleko do nałogu. Długotrwałe zażywanie kokainy w większych dawkach wywołuje zupełne zatracenie samokrytycyzmu, kojarzenie myśli zaczyna wykazywać daleko idące luki, pamięć szwankuje, a w następstwie może wystąpić t. zw.

obłęd kokainowy.

Popęd płciowy u mężczyzn zanika zupełnie, przeciwnie kobiety wykazują nadmierną pobudliwość płciową, do której częstokroć dołącza się perwersja seksualna. Pod względem fizycznym u kokainistów stwierdza się następujące zaburzenia; szerokie źrenice ospale oddziaływują na światło; bicie serca; suchość w gardle zmusza ich do spożywania płynów w niezmiernie dużej ilości; narzekają na brak całkowity łaknienia. Wreszcie jako opłakane skutki kokainizmu podnieść należy zupełne wyniszczenie i tłuszczowe zwyrodnienie wątroby. Paraliż serca i ośrodka oddechowego lub też samobójstwo — oto finał tej najokropniejszej tragedji życiowej, której na imię kokainizm.

Rokowanie w leczeniu jest mniej pomyślne, niż w morfiniźmie, gdyż nawroty zdarzają się tu częściej. Najracjonalniejszym środkiem leczniczym, co podnoszą najwybitniejsi psychiatrzy, jak Bleuler, Boenhofer i inni, jest całkowite pozbawienie narkomanów kokainy, gdyż nie należy się obawiać t. zw. głodu kokainowego, którego doznają w odniesieniu do morfiny morfiniści. Pozatem psychoterapia w najszerszem zakresie daje nieraz pomyślne wyniki.

Dr. Ludwik Gross.

Co każdy człowiek o kile wiedzieć powinien.

Zarazek kiły wygląda jak korkociąg: cieniutki, blady, spiralnie skręcony, porusza się zgrabnie i szybko ruchem śrubowatym. Fachowa nazwa brzmi: spirocheta pallida, czyli krętek blady.

Zarazek kiły jest tak długo niepokonany, jak długo krąży w organiźmie ludzkim: z chwilą jednak, gdy wydostanie się na zewnątrz, ginie prawie że natychmiast. Nawet w najkorzystniejszych warunkach, w cieniu, cieple, wilgoci — nie potrafi poza organizmem żyć dłużej, niż kilka godzin... I to jest naszem szczęściem. Wyobraźmy sobie, jak strasznie rozpowszechnioną byłaby kiła, gdyby jej zarazek mógł bezkarnie żyć na przedmiotach, naczyniach, pożywieniu, ubraniu, zabawkach dla dzieci... Kiła zalałaby w tych warunkach w krótkim czasie cały świat. Dziś jest kiła i tak jedną z największych klęsk ludzkości. Na szczęście jednak przenosi się z człowieka chorego na zdrowego tylko przez bezpośredni kontakt, a zatem najłatwiej w czasie aktu płciowego. Zakażenia zaś innego rodzaju należą na szczęście do rzadkości.

Skąd się kiła wzięła w Europie — tego do dzisiejszego dnia jeszcze nie wiemy. Większość uczonych jest zdania, że kiła zawleczona została do Europy z końcem XV-tego wieku z Ameryki i to tym pierwszym okrętem, który przywiózł Columba i jego towarzyszów: wybuchła wówczas straszna epidemja kiły wśród wojsk francuskich Karola VIII. oblegających w tym czasie Neapol. Niektórzy historycy twierdzą, że epidemja zdziesiątkowała wówczas wojsko francuskie zmuszając je do odstąpienia od Neapolu. Czy tak było, tego oczywiście dziś z całą pewnością nie wiemy: faktem jednak jest, że w owym czasie kiła zaczęła się gwałtownie szerzyć w Hiszpanji, Francji i we Włoszech, szerząc spustoszenia: trzeba bowiem wiedzieć, że w tym czasie przebiegała kiła znacznie gwałtowniej niż dzisiaj, wywołując wysoką gorączkę, silną ogólną

wysypkę i kalecząc chorych nie umiejących się jeszcze podówczas bronić przeciwko tej chorobie. (Musimy tu zaznaczyć, że nie wszyscy historycy medycyny są tego zdania. Zwłaszcza w ostatnich czasach mnożą się głosy twierdzące, na podstawie badania starych rzeźb i innych źródeł, że kiła znaną była w Polsce podobnie zresztą jak w innych częściach Europy, jeszcze przed odkryciem Ameryki).

Dziś przebiega kiła na szczęście łagodniej niż w średniowieczu. Czy zjawisko to zawdzięczamy zmniejszeniu się zjadliwości samego zarazka czy też zwiększeniu odporności „przyzwyczajonej" w ciągu stuleci do tej zarazy ludności europejskiej — niewiadomo. Faktem jest, że kiła stała się dziś chorobą chroniczną, przewlekłą, trwającą długie lata. A oto jej przebieg:

Cała nieuszkodzona skóra lub błona śluzowa (wargi, język i t. p.) — są dla zarazka kiły, podobnie zresztą jak dla każdego innego intruza ze świata mikrobów — nieprzepuszczalne. Konieczne jest do infekcji najdrobniejsze choćby zadraśnięcie lub zdarcie naskórka. Wtedy już zarazek kiły może zaatakować człowieka. Dostaje się zaś do skóry przy bezpośrednim kontakcie, a więc np. przez dotknięcie miejsca owrzodziałego człowieka chorego. Zarazek wtargnąwszy do skóry rozwija się tu, nie dając jednak znaku życia przez kilkanaście dni, do wywołania pierwszego objawu choroby upływa przeciętnie dwadzieścia dni. A zatem dopiero w trzy tygodnie po zakażeniu pojawia się pierwszy objaw choroby. Objawem tym jest niepozorne stwardnienie w miejscu wtargnięcia zarazka. Stwardnienie to, połączone z żywem zaczerwienieniem skóry, powiększa się szybko i osiąga wkrótce wielkość dziesięciogroszówki. Trudno określić charakter tej zmiany chorobowej. Wygląda to tak, jakgdybyśmy pod skórę wsunęli twardą monetę, tak twardym jest ten naciek. Skóra jest żywo w tem miejscu zaczerwieniona, często złuszcza się na brzegach i najczęściej zaczyna prędzej lub później wrzodzieć. Jeżelibyśmy teraz zdrapali powierzchnię tego zaczerwienienia i oglądnęli pod mikroskopem, to zobaczylibyśmy miljony maleńkich, zwinnych korkociągów, które śrubowatym ruchem wiją się w potwornem kłębowisku.

Łatwo sobie wyobrazić, jakiem źródłem zakażenia stać się może dla otoczenia takie banalne owrzodzenie syfilityczne, zwłaszcza wówczas, jeżeli chory nie zdaje sobie sprawy z tego, jaka jest przyczyna niepozornego „zadraśnięcia". Jeżeli jeszcze pierwsza zmiana syfilityczna pojawia się u mężczyzny na członku, wówczas chory zwraca się z reguły do lekarza. U kobiety jednak ten pierwszy objaw zakażenia przechodzi często niezauważony.

W chwili gdy pojawia się pierwsza zmiana syfilityczna w miejscu zakażenia: a zatem owo stwardnienie i zaczerwienienie skóry niejednokrotnie wrzodziejące, rojące się od miljardów zarazków — wówczas jeszcze jest czas na to, by wyleczyć tę straszną chorobę jedną jedyną kuracją, w ciągu paru tygodni.

Ale o tem chorzy niestety nie wiedzą.

W trzy tygodnie później choroba staje się już ogólną. Kiłę nie łatwo zaś wyleczyć wówczas, gdy się już w organiźmie ludzkim zadomowiła.

A przecież kiłę nie jest wcale trudno zwalczyć — trzeba tylko wiedzieć o tem, że walka z tą chorobą nie jest trudna wówczas, jeżeli się myśli o tem zawczasu. A więc przedewszystkiem można kiły z łatwością u n i k n ą ć, jeżeli się zapobiegawczo będzie stosować odpowiednie środki zaradcze. Kiła jest, jak wiadomo, chorobą przedewszystkiem weneryczną. Inne zakażenia są tak stosunkowo rzadkie, że ich przeciętny śmiertelnik obawiać się nie potrzebuje. Głównym rozsadnikiem kiły są prostytutki. Otóż już przed trzydziestu laty przekonali się Roux i Miecznikow w Instytucie Pasteur'a w Paryżu, że zakażenia kiłą można z łatwością uniknąć, jeżeli bezpośrednio po infekcji wetrzemy w miejsce zakażone maść zawierającą rtęć. Badania swoje uczeni ci wykonali wpierw na małpach — potem zaś znalazł się taki bohater, który zgodził się na to, by na nim wykonać ten straszny eksperyment. Bohater ten był podówczas studentem medycyny i nazywał się „Monsieur Maisonneuve". W obecności Doktorów Sabouraud'a i Queyrat'a, wykonali Roux i Miecznikow w Instytucie Pasteur'a następujące doświadczenie: Panu Maisonneuve zraniono skórę na członku, poczem ranę zakażono potężną porcją żywych zarazków kiły. Taką samą rankę zrobiono na drugiej stronie członka w pewnej odległości od pierwszej, i tu również wtarto taką samą porcję żywych krętków bladych. Możemy sobie wyobrazić uczucia, jakie szarpały biedną, tak młodą ofiarę nauki... Całą godzinę czekać musiał bohaterski chłopak, zanim pozwolono mu natrzeć cały członek maścią rtęciową ($30_0/^0$ maścią kalomelową). Nie zawiódł się jednak w swem zaufaniu do znakomitych uczonych. Pozostał zdrowym mimo potężnej porcji zarazków kiły, jaką otrzymał.

Zdawałoby się, że zaraz po tym sensacyjnym eksperymencie cały świat odetchnie z ulgą i wszyscy zaczną stosować ten pewny i nieszkodliwy środek zapobiegawczy przeciw tak strasznej chorobie jaką jest kiła — ale nie, świat nie uczy się tak prędko.

W czasie wielkiej wojny kiła zbierała specjalnie obfite żniwo wśród armij państw walczących: nic dziwnego, wszak w krajach prowadzących wojnę wszyscy mężczyźni w wieku od 18 do 50 lat przebywali przez pełne cztery lata poza rodziną zdala od żon, zdani przy każdej sposobności na infekcję. To też setki chorych na kiłę, świeżo zakażonych, zgłaszało się codziennie do ambulatorjów szpitalnych. 12 do $15_0/^0$ ludzi uległo strasznej zarazie. Nie wiele lepiej jest zresztą i w czasach pokojowych. Według statystyk amerykańskich prawie $10_0/^0$ żołnierzy bywa zakażonych.

Czy na to nie ma rady? Czy nie ma sposobu walki z chorobami wenerycznemi, a przedewszystkiem z kiłą?

Owszem jest na to sposób. Nie może on jednak polegać na konserwowaniu prostytutek ani na zarządzeniach policyjnych, ani też na samej propagandzie moralności.

Walkę z chorobami wenerycznemi — przedewszystkiem zaś z kiłą — zorganizowała w sposób omal że idealny armja amerykańska i to od lat z górą dwudziestu. Przypatrzmy się jak organizacja ta wygląda:

Każdy żołnierz przejść musi na początku swej karjery wojskowej przymusowy kurs, prowadzony przez lekarzy. Na kursie tym dowiaduje się o tem, jakie niebezpieczeństwo chorób wenerycznych kryje się pod płaszczykiem przygodnych znajomości ulicznych; że jednak, nawet po podejrzanym stosunku, istnieje jeszcze możność uchronienia się przed jego konsekwencjami; i że każdy żołnierz, który nie postara się uniknąć zakażenia, zostanie *ukarany*.

Sposób zapobiegania zakażeniu jest bardzo prosty i opiera się na doświadczeniu Roux'a i Miecznikowa. W każdem mieście, gdzie znajduje się garnizon wojska amerykańskiego, zainstalowane są ambulatorja profilaktyczne, w których przez dzień i noc pełnią służbę odpowiednio wyszkoleni sanitarjusze.

Każdy żołnierz wie o tem, że najpóźniej w trzy lub cztery godziny po stosunku płciowym musi się zgłosić do takiej stacji. Tutaj pod kontrolą sanitarjusza, musi sobie wymyć dokładnie organy seksualne mydłem i ciepłą wodą; następnie za pomocą szklanej strzykawki (lub poprostu zakraplacza takiego samego jakiego używamy do oczu) wprowadza sobie do cewki moczowej kilka kropel dwuprocentowego rostworu protargolu; następnie palcem przez pięć minut zatyka sobie otwór cewki moczowej, by wkroplony rostwór protargolu miał czas działać i zabić wszystkie ewentualnie się tam znajdujące zarazki rzerzączki. Następnie otrzymuje od sanitarjusza porządną porcję maści kalomelowej (takiej samej jaką przepisali Roux i Miecznikow) i przez pełnych pięć minut wciera sobie tę maść w członek. To wcieranie musi być wykonane bardzo uważnie: maść ta służy bowiem do zabicia zarazków kiły. Po natarciu, zostaje członek owinięty w cienki papier, stanowiący rodzaj opatrunku, dzięki któremu z jednej strony maść może dłużej działać, z drugiej zaś bielizna nie zostaje powalana.

Wyniki uzyskane w armji amerykańskiej wyżej opisaną metodą zapobiegawczą są pierwszorzędne. Wystarczy zaznaczyć, że podczas gdy dawniej ilość zachorowań na kiłę wśród żołnierzy dochodziła nawet w czasach najlepszych, pokojowych, do 8 $_0/^0$, (w czasie wojny Philippińskiej osiągnęła 15 $_0/^0$!), to po zastosowaniu obecnych metod profilaktycznych spadła do pół procent! W armji australijskiej zaś, ilość żołnierzy zakażonych spadła wskutek akcji profilaktycznej do pół pro mille! To znaczy obecnie na dwa tysiące żołnierzy jeden jest tylko zakażony! Lepszych wyników walki z kiłą niemożna już sobie życzyć.

* * *

Każdy człowiek powinien wiedzieć, że moment pojawienia się pierwszej zmiany syfilitycznej jest jeszcze ostatnią chwilą

uratowania się przed ciężką, wieloletnią chorobą. W momencie, gdy pojawia się pierwszy alarm w postaci twardego wrzodu, lub nawet tylko twardego zaczerwienienia na członku — jest jeszcze czas na radykalne wyleczenie jedną jedyną kuracją. W tej chwili zarazek nie zdołał jeszcze zaatakować całego organizmu. Najściślejsze badanie krwi według sposobu Bordet-Wassermanna nie wykryje jeszcze wówczas choroby: bo też cierpienie jest w tym czasie jeszcze chwilowo miejscowe, lokalne, i jeszcze jest czas na radykalne zgniecenie ogniska zarazy w samym zarodku, zanim choroba zdoła się uogólnić. Ale czas ten jest bardzo ograniczony: w dwa lub trzy tygodnie po pojawieniu się pierwszej zmiany syfilitycznej badanie krwi według metody B.-W. da już wynik pozytywny... A zatem natychmiast po zauważeniu najmniejszego podejrzanego „wrzodu“ (najczęściej nie jest to żaden wrzód, lecz małe czerwone stwardnienie) na członku, jeżeli pojawi się ono w dwadzieścia dni po podejrzanym stosunku, należy udać się do lekarza i to najlepiej do lekarza chorób wenerycznych.

W jaki sposób przekonać się można, że zmiana ta jest syfilityczną, jeżeli badanie krwi daje jeszcze w tym czasie wynik ujemny?

Otóż odpowiedź na to pytanie daje — ultramikroskop, to znaczy zwykły mikroskop zaopatrzony w odpowiednie urządzenie do oświetlania preparatu z boku, podczas gdy sam preparat oglądany jest na ciemnem tle. W tych warunkach można z łatwością zobaczyć poruszające się kłębowisko spirochet w preparacie wziętym z podejrzanego owrzodzenia. Każdy lekarz-specjalista wykona w ciągu dwóch minut tego rodzaju badanie, rozstrzygając natychmiast wątpliwości.

Bez chwili zwłoki przystąpi wówczas lekarz do leczenia. Cała kuracja polega na serji injekcji neo-salvarsanu.

Taka jedna kuracja salvarsanowa wykonana zawczasu, tj. przed uogólnieniem się kiły, sprowadza w większości przypadków całkowite wyleczenie: u osób tych badanie krwi w miesiącach późniejszych wykaże zawsze ujemny wynik reakcji.

Gdyby wszyscy ludzie wiedzieli o tem, że kiła leczona zawczasu (zanim badanie krwi będzie pozytywne) daje się jednak kuracją radykalnie wyleczyć — nie mielibyśmy tylu chorych. W dzisiejszych warunkach kiła leczona jest bowiem z reguły za późno i dlatego wymaga wieloletniego leczenia.

* * *

Kiedy wolno się żenić człowiekowi, który chorował na kiłę?

Pytanie to jest bardzo ważne. Każdy wie przecież o tem, że kiła jest chorobą „dziedziczną“ w tem znaczeniu, że dziecko zakaża się jeszcze w łonie matki lub wogóle zostaje już w zarodku zakażone i że albo ginie jeszcze przed przyjściem na świat, albo rodzi się chore.

I dlatego każdy człowiek, który przechodził kiłę powinien wiedzieć o tem, że jak długo badanie krwi wykazuje u niego

chorobę, tak długo nie wolno mu się żenić i mieć dzieci. Dopiero wówczas jeżeli kuracja usunie ślady choroby i zmieni pozytywną reakcję krwi na całkowicie negatywną, i jeżeli następnie bez dalszego leczenia, reakcja ta pozostawać będzie przez pełne dwa lata negatywną — wtedy dopiero wolno jest uważać się za wyleczonego i zdolnego do małżeństwa.

Higjena mieszkań.

Higjena naszych mieszkań stoi jeszcze ciągle na bardzo niskim poziomie. Mimo wszelkich haseł i szumnych reklam, odczytów, artykułów i pokazów higjenicznych, boimy się nadal słońca, świeżego powietrza i przeciągów.

W myśl staroświeckiej, mieszczańskiej tradycji najlepsze pokoje przeznacza się u nas nadal „dla gości“ i „od święta“. Sami mieścimy się w pokojach najciemniejszych od strony mrocznego, cuchnącego wyziewami podwórza; trzymamy też tam nasze dzieci, nie pozwalając im, pod srogą karą, wchodzić do bezużytecznego, zarezerwowanego na uroczystości salonu.

Powietrze w zamieszkałych pokojach jest z reguły złe, duszne, przesycone wyziewami kuchni i wydychanemi gazami. Otwierać okna boimy się panicznie; w zimie zabezpiecza się je watą, piaskiem, materacami i gałganami, zostawiając tradycyjny „lufcik“ do niezbyt częstych i niedostatecznych przewietrzań mieszkań. Liczne pokrowce, portjery, dywany, zrzadka trzepane makatki, stają się siedliskiem kurzu, brudu i moli, uniemożliwiając należytą wentylację mieszkań i utrudniając dostęp świeżego powietrza.

Nikt u nas nie śpi przy otwartem oknie, nie tylko zimą, lecz nawet wiosną i latem, chociaż jest to już regułą na Zachodzie. Gra tu rolę obawa przed zaziębieniem i przyzwyczajenie do ciepła tak mocne, że przeważa ono zrozumienie potrzeby powietrza i słońca. Choć społeczeństwo nasze otrzymało wychowanie klasyczne, lecz klasycyzm ten, pozbawiony duszy, nie nauczył nas naśladować wzorów szczęśliwej Hellady, która umiała łączyć higjenę z pięknem życia codziennego. — Uczty platońskie, igrzyska olimpijskie, rzymskie „mens sana in corpore sano“ (w zdrowem ciele zdrowy duch) — są dowodem tej pięknej harmonji.

Zrozumienie tej harmonji zaczyna odżywać wśród Anglików. Oni pierwsi poczuli potrzebę miast — ogrodów, udostępniających korzystanie z powietrza i słońca szerszym warstwom ludności. Głęboka myśl społeczna rasy anglo-saskiej pracuje i szuka wyjścia z matni współczesnych stosunków gospodarczo-społecznych.

Anglja obecnie jest już najbliższa rozwiązania tego niezmiernie ważnego problemu, t. j. problemu higjenicznego mieszkania dla wszystkich.

U nas kwestja ta przedstawia się wprost rozpaczliwie. Wina tego leży nietylko w stosunkach gospodarczych, lecz w dużej mierze także w braku zrozumienia i wyczucia potrzeby higjeny mieszkania przez warstwy ludności zamożne, tworzące mózg społeczeństwa. Nie będziemy tu rozwodzić się nad stosunkami mieszkaniowemi ludności ubogiej. Gdy w jednej norze, opalanej żelaznym piecykiem, z mokremi ścianami i kamienną podłogą, mieści się 6—8 osób, gdzie tu można coś mówić o higjenie? Mówimy tu o warstwach zamożniejszych, o rodzinach, zamieszkujących 3—4 pokoje, a nie umiejących w tej przestrzeni wyzyskać maximum zdrowia i słońca.

Pamiętać należy, że nigdy zimno ani świeże powietrze nie może spowodować choroby. Wprost przeciwnie, gdy organizm nasz się przegrzeje, gdy skóra nienależycie oddycha i nie wydala z organizmu trujących substancyj, zatrzymując je natomiast w ustroju, — upośledza jego sprawność, jego siły odporne, które wówczas na świeży powiew powietrza reagują katarem lub grypą.

Rzadko kto rozumie, że organizm nasz potrzebuje świeżego powietrza, że powietrze naszych mieszkań jest jednym miazmatem trujących wydalin, pomieszanym ze wstrętnym wyziewem dymu papierosów i cygar. Wyższa kultura towarzyska w Anglji wymaga, by na licznych zebraniach towarzyskich panowie usuwali się na czas palenia do innego pokoju. U nas wędzą się wszyscy wzajemnie i czują się doskonale w zadymionej, przesiąkłej wyziewami knajpie, nie rozumiejąc całej szkodliwości zatrutego i zużytego powietrza dla naszych narządów oddechowych, krążenia i trawienia.

Niech każdy obywatel dąży do posiadania swego własnego home po za murami zadymionego miasta, a tymczasem niech swe dotychczasowe mieszkanie uczyni jaknajdostępniejszem dla promieni słońca i świeżych powiewów wiosennego, czy nawet jesiennego wiatru.

Wrota zakażenia.

Niema choroby zakaźnej bez zarazków — to pewne; niemniej wszelako jest pewne obecnie, że same zarazki nie wystarczają do wywołania choroby: warunkiem koniecznym jest jeszcze to, że muszą one trafić na odpowiedni grunt. Doświadczenie uczy bowiem, że zarazek może nas zaatakować za pośrednictwem pewnych narządów, w niektórych zaś przypadkach

za pośrednictwem jednego tylko organu.

Jeżeli zarazek (choćby nawet bardzo zjadliwy), dostanie się w organiźmie naszym na teren mu nieodpowiadający, wówczas niema niebezpieczeństwa wybuchu choroby: zarazek w warunkach dla niego nieodpowiednich nie będzie się mógł rozwinąć. Tak więc warunkiem wybuchu choroby jest nie tylko obecność zjadliwego zarazka, lecz w równym stopniu brama czyli t. zw. „wrota infekcji", przez które zarazek dostać się może do organizmu.

Weźmy dla przykładu dur brzuszny (tyfus brzuszny). Każdy, laik nawet, wie o tem, że przed chorym na tyfus nie trzeba aż uciekać, by się uchronić przed zakażeniem. Zarazek bowiem duru brzusznego atakuje człowieka przez usta: siedliskiem jego jest przewód pokarmowy. Można więc bez najmniejszej obawy mieszkać razem z człowiekiem chorym na tyfus, można tem samem powietrzem oddychać, można śmiało dotykać tych samych przedmiotów, tej samej bielizny. Musimy tylko zwracać pedantyczną uwagę na to, by wszystko to, co styka się

z naszemi ustami,

było bezwzględnie pozbawione żywych zarazków tyfusu. Nie wolno zatem dotknąć ust ręką, którąśmy przed chwilą podali choremu. Jeżeli zasiadamy do jedzenia, musimy przedtem dokładnie wymyć ręce mydłem i ciepłą wodą. Potrawy muszą być przygotowane poza pokojem chorego, by uniknąć możliwości kontaktu z zarazkami.

To samo odnosi się do czerwonki i cholery. Prof. Besredka, dyrektor zakładu Pasteura w Paryżu, opowiada o jednym ze swoich kolegów, znanym bakterjologu francuskim, który, wezwany

do zwalczenia ciężkiej epidemji cholery, został, przybywszy do baraku epidemicznego, niemile zaskoczony paniką, jaka panowała wśród personelu sanitarnego, obawiającego się zapadnięcia na cholerę. Aby wpłynąć uspakajająco na podwładnych mu sanitarjuszy i przekonać ich o tem, że racjonalna ochrona osobista zapobiega infekcji, bakterjolog ów przebywał prawie cały czas w salach dla chorych, a nawet jadał razem z chorymi. Konieczne środki zapobiegawcze ograniczył tylko do pedantycznej czystości, dokładnego mycia rąk przed każdem jedzeniem, a nadto — ze względu na to, że jadał na sali chorych — każdą potrawę przed spożyciem przeprowadzał przez płomień. Broniąc w ten sposób jedynie bramy wejścia, jaką jest dla zarazków cholery jama ustna, mógł wystawić się na niebezpieczeństwo bez obawy zakażenia.

Specjalną bramę wejścia dla szeregu zarazków stanowi też

skóra.

Skóra stanowi wrota infekcji dla zarazków ropotwórczych t. zw. gronkowców i paciorkowców, poza tem zaś dla bardzo groźnego i znanego, zwłaszcza w weterynarji, zarazka wąglika. Świnka morska jest niesłychanie wrażliwa na zarazek wąglika. Wystarczy jeden jedyny zarazek wąglika dla wywołania u świnki morskiej śmiertelnego zakażenia; bez względu na to, gdzie ten zarazek wstrzykniemy: czy pod skórę, czy do żyły, czy wprost do jamy brzusznej, — wynik jest zawsze dla zwierzęcia fatalny. Każdy bakterjolog wie o tem doskonale. Przy takiej infekcji wprowadzano jednak zawsze igłę strzykawki poprzez skórę, zakażając ją przez to.

Tymczasem okazuje się dziś, że wiadomości nasze o sposobach zakażenia świnki morskiej zarazkami wąglika były bardzo niedokładne. Ścisłe doświadczenia wykazały w sposób niewątpliwy, że

jedyną bramą wejśca dla zarazka wąglika jest jedynie i wyłącznie skóra.

Jeżeli wprowadzimy zarazek wąglika w ten sposób, by bezwzględnie uchronić skórę od kontaktu z samym zarazkiem, wówczas wolno nam bezkarnie wstrzyknąć śwince morskiej setki dawek śmiertelnego zarazka wąglika wprost do krwi — czy do jamy brzusznej, czy nawet pod samą skórę (!), nie wywołując tem najmniejszej reakcji chorobowej u zwierzęcia. Można na przykład wprowadzić bakterje wąglika w szklanej ampułce, by w ten sporób uchronić skórę od zetknięcia z zarazkami, i po wprowadzeniu tej ampułki pod skórę lub do jamy brzusznej rozbić ją tam przez zgniecenie i uwolnić żywe baterje, — które mogą się rozmnażać, a mimo to nie wyrządzimy najmniejszej szkody organizmowi.

W ten sposób można się przekonać o paradoksalnym fakcie, że o śmierci lub o życiu zakażonej wąglikiem świnki morskiej decyduje nie sam fakt zakażenia, nie obecność samego zarazka, lecz tylko brama, owe sławne już dzisiaj „wrota infekcji", przez które zarazek ten zostaje wprowadzony do organizmu.

Głód jako środek leczniczy.

Wartość lecznicza głodu znana była już w starożytności. Kapłani egipscy i chaldejscy zalecali niektórym chorym kilkodniowy, ścisły post, o samej tylko wodzie. Nowożytna medycyna naukowa zajmuje się tą sprawą od końca ubiegłego stulecia. W tym to czasie dr. Devey zaczyna stosować długotrwałe głodówki w pewnych wypadkach chorobowych. W r. 1885 przeprowadza prof. Luciani doświadczenia ze słynnym „zawodowym“ głodomorem Succin, który pod jego ścisłą kontrolą głoduje 30 dni. W tymże roku amerykański lekarz, dr. Tanner, sam poddaje się 42-dniowej głodówce w celach eksperymentalnych.

U nas już od roku 1893-go stosuje się leczenie głodem. Na początku bieżącego wieku dr. Hünther, profesor lipskiego uniwersytetu, wydaje obszerne dzieło p. t. „Die Hungerkuren und Durstkuren“, a dr. Mayer pracę p. t. „Hungerkuren“, — Wunderkuren“. Trudno zresztą wyliczyć tu wszystkich lekarzy, którzy temu zagadnieniu czas swój i pracę poświęcali; dość, że dziś głodówka należy do uznanych metod przyrodolecznictwa naukowego.

Na czem polega dobroczynne działanie głodówki? — Aby zrozumiale odpowiedzieć na to pytanie, trzeba zacząć zdaleka. Organizm ludzki pracuje nieustannie. Niezbędną do pracy energję czerpie z pokarmów, z których pobiera również materjał na pokrycie strat, powstałych przez naturalne zużycie. Jednakowoż pokarmy nie mogą być użytkowane przez organizm w tej postaci, w jakiej są spożywane; muszą one ulec gruntownej

przeróbce mechanicznej i chemicznej,

zanim zostaną z nich wydzielone potrzebne składniki w formie przyswajalnej. Samo użytkowanie przysposobionych już odpowiednio składników odbywa się również drogą chemiczną; każda komórka ustroju jest swojego rodzaju maleńkiem laboratorjum, bez przerwy czynnem. Przy tych ogromnie złożonych procesach niepotrzebne części pokarmów odpadają; tworzą się ponadto produkty uboczne — rozmaite związki chemiczne, często nawet trujące, które muszą być z organizmu wydalone.

Przeróbka, trawienie pokarmów, przyswajanie i zużytkowanie pożytecznych składników, wydalanie odpadków — wszystko to razem stanowi

poważną pracę,

która pochłania swoją część wytwarzanej energji podobnie, jak czynność mózgu albo mięśni. Jeżeli pokarmy dostarczane są w dostatecznej, lecz nie nadmiernej ilości, w takim razie praca przebiega prawidłowo: materjał zostaje należycie przerobiony i wykorzystany, odpadki mogą być na czas usunięte. Pewna nadwyżka materjału użytecznego służy do tworzenia zapasów na wypadek wzmożonego zapotrzebowania.

Gdy pokarm napływa w zbyt wielkiej ilości, organizm przez czas jakiś daje sobie radę, gromadząc coraz to większe zapasy, przeważnie w postaci tkanki tłuszczowej: człowiek — tyje. W końcu jednak przeciążone pracą narządy trawienia zaczynają szwankować. Przeróbka materjału pokarmowego staje się mniej dokładna, odpadków oraz szkodliwych produktów ubocznych tworzy się coraz więcej i narządy wydzielnicze nie są w stanie nadążyć z ich usuwaniem; powstają tedy zaległości. Kwas moczowy naprzykład gromadzi się w stawach, powodując dolegliwości artretyczne.

Otóż głodówka daje potrzebny

wypoczynek przepracowanym narządom trawienia

i pozwala zaoszczędzić nieco zużywanej przez nie energji na korzyść innych narządów. Pozatem w czasie głodu organizm zużywa z korzyścią zalegające zapasy, w pierwszym rzędzie tłuszcz i w ten sposób uwalnia się od niepotrzebnego ciężaru. Wreszcie głodówka umożliwia dokładne wydzielenie zaległych resztek i szkodliwych związków z ustroju.

Wynikają z tego logiczne wskazania do używania głodu jako środka leczniczego. Głodówka działa korzystnie w cierpieniach, spowodowanych długotrwałem nadmiernem odżywianiem, oraz wtedy, gdy zachodzi konieczność oszczędzania narządów trawienia; jednak wtedy tylko, gdy sprawność ogólna ustroju nie jest jeszcze zbyt upośledzona. Nie jest to tedy lekarstwo na wszystkie choroby; byłoby n. p. nonsesem leczyć syfilis głodem; z drugiej wszakże strony głodówka może i u syfilityka poprawić stan ogólny, jeżeli cierpi on wskutek chronicznego obżarstwa.

Innemi słowy — leczenie głodem musi być stosowane indywidualnie, w przeciwnym razie może wyrządzić niepowetowane szkody. Indywidualizować nie potrafi ani sam pacjent, ani znachor, lecz jedynie lekarz, który powinien też nieustannie kontrolować pacjenta w czasie głodówki, przerwać ją w odpowiedniej chwili i umiejętnie przeprowadzić powrót do normalnego odżywiania.

Dla człowieka zdrowego umiejętnie, od czasu do czasu przeprowadzona, głodówka może mieć duże

znaczenie higjeniczne i zapobiegawcze,

zwłaszcza w wieku późniejszym. — Z tego względu ten tani i dostępny każdemu środek rzeczywiście zasługuje na rozpowszechnienie, tem bardziej, że naogół jadamy — zbyt wiele. Zachodzi tylko obawa, że zanim głodówki dobrowolnie wejdą w użycie, najmiłościwiej panujący nam kryzys zmusi nas do częstszego, choć mimowolnego (a raczej wbrew naszej woli) ich stosowania.

Walka z bezsennością.

Kto nie zakosztował udręki bezsenności, kto nie doznał ani razu w ciągu bezsennej nocy przedsmaku szału, ten nie oceni należycie cudownego daru natury, spokojnego, pokrzepiającego snu. Snu, który odradza nasze siły i wraca nam zdolność do pracy. Niestety, coraz mniej jest ludzi, którzyby nie skarżyli się na bezsenność. Przy obecnem tempie życia bezsenność staje się zjawiskiem pospolitem. W dużych miastach

około 40 proc. ludności

cierpi na mniejsze lub większe zaburzenia snu.

Po części — przyznać to trzeba — sami jesteśmy sobie winni. Nie umiemy zachować tego rytmu pracy i odpoczynku, jaki widzimy w naturze. Zbyt biernie poddajemy się wpływom cywilizacji, która żąda od nas wytężonej, długotrwałej pracy, bezsennych nocy, wielkich, jednorazowych wysiłków. Życie nasze cechuje nerwowość, ciągłe podniecenia zmysłów. Nawet w łóżku nie potrafimy otrząsnąć się z wrażeń przeżytego dnia. Jest to tylko zbiorowa djagnoza masowej w naszych czasach występującej bezsenności. W poszczególnych natomiast wypadkach możemy określić bliższą przyczynę, dlaczego dany człowiek nie może spać. Czasem chodzi o drobnostkę, w innym znowu wypadku bezsenność jest objawem poważnego cierpienia.

Przyjrzyjmy się kilku najczęstszym powodom. U wielu ludzi

stan wypełnienia jamy brzusznej

powoduje zaburzenia snu. Znaną jest np. rzeczą, że ludzie, cierpiący na chroniczne zaparcie lub na fermentację w jelitach, źle sypiają. Często budzą się i miewają męczące sny. Podobnie i zupełnie zdrowi ludzie po spożyciu zbyt obfitej kolacji nie mogą zasnąć. Dzieje się to skutkiem nadmiernego ucisku, wywieranego przez wypełnione treścią pokarmową jelita na narządy klatki piersiowej, zwłaszcza na płuca i na serce. Równie częstą przyczyną bezsenności są lekkie,

zastarzałe katąry nosa, krtani, tchawicy,

powiększenie migdałów, przerost błony śluzowej nosa itp. Drobne te na pozór cierpienia utrudniają oddechanie i skutkiem tego ludzie, dotknięci niemi, śpią z otwartemi ustami. Następuje wyschnięcie języka i błony śluzowej jamy ustnej, które skolei powoduje przebudzenie się.

Główny jednak kontyngent osób, skarżących się na bezsenność, rekrutuje się

z pośród nerwowo i psychicznie chorych

w najszerszem tego słowa znaczeniu. Często na tle neurastenji spotykamy ciężkie zaburzenia snu, połączone z uczuciem bojaźni. — Neurastenik kładzie się do łóżka i zamyka oczy, by zasnąć, lecz mimo to jest tak przytomny, jak w ciągu jasnego dnia. Poddaje sobie szereg autosugestyj, które napełniają go przerażeniem. Leży np. w łóżku pełen rezygnacji, gdy w tem posłyszy własne tętno. Uważa to za nienormalne zjawisko, wmawia sobie zaraz, że cierpi na arterjosklerozę, o której niedawno słyszał lub czytał. Pod wpływem przykrych myśli tętno doznaje przyspieszenia; neurastenik jest przekonany, że ma ciężką wadę serca i aż poci się z przerażenia na myśl, że może nagle zakończyć życie. Po kilku godzinach takiej męczarni zasypia na krótki czas, by obudzić się zmęczonym i wyczerpanym po okropnej nocy.

Chcąc zwalczyć bezsenność, należy w pierwszym rzędzie poznać i usunąć główną jej przyczynę. Nie zawsze się to udaje. Niemniej jednak duży wpływ na przebieg snu posiadają i inne czynniki, od nas zależne. Zwróćmy uwagę na pokój sypialny i łóżko.

Pokój sypialny

powinien być dobrze wentylowany, by powietrze było czyste; należy jednak unikać zbytniego oziębienia powietrza, gdyż temperatura człowieka w czasie snu obniża się i łatwo może nastąpić przeziębienie. Nie należy w pokoju sypialnym pozostawiać na noc kwiatów, a zwłaszcza pachnących. Powodują one dość znaczne zanieczyszczenie powietrza. Usunąć należy również i kosmetyki.

Co się tyczy

łóżka —

to powinno ono być wygodne, szerokie, posłanie powinno być miękkie, by chroniło skórę przed zbyt silnemi wrażeniami dotykowemi. Położenie ciała nie odgrywa większej roli, zależy od przyzwyczajenia. Nie trzeba obawiać się pozycji na lewym boku z powodu rzekomego ucisku na serce. Natomiast należy wystrzegać się zwyczaju podkładania ramienia pod głowę gdyż łatwo przychodzi do zdrętwienia ręki, skutkiem czego, oczywiście sen doznaje przerwy. Często zaziębienie nóg nie pozwala nam zasnąć. Dobre usługi w takich wypadkach oddaje termofor lub flaszka z ciepłą wodą.

Zachowanie tych najważniejszych przepisów zapewnia nam spokojny sen i nie zmusza do używania środków nasennych, przynajmniej w lżejszych postaciach bezsenności.

* * *

Każdy z nas zna zapewne męczące, bezsenne noce, uciążliwe wyczekiwanie snu, — bowiem i w życiu normalnych zdrowych ludzi zdarzają się czasem okresy bezsenności, spowodowane najczęściej przepracowaniem, czy troskami życia codziennego. Znachodzą się również ludzie, którzy, kładąc się wieczorem do łóżka, uważają, że jest to najlepsza chwila do rozmyślań nad wszelkiego rodzaju kłopotami i zaczynają wobec tego martwić się i rozmyślać tak intenzywnie, że oddalają sen ze zmęczonych powiek. Człowiek bowiem zasypia po wyłączeniu wszelkiego pobudzenia psychicznego; tak troski, jak i wzruszenia radosne, przepłaszają sen. I w tych jednak wypadkach organizm w końcu sobie radzi, wszelkie bowiem wrażenia psychiczne wywołują po pewnym czasie znużenie komórek nerwowych, osłabienie procesów myślenia i sprowadzają wreszcie upragniony, choć spóźniony sen.

Istnieją jednak prócz tego innego jeszcze rodzaju przeszkody, utrudniające zaśnięcie: silny ból n. p. uniemożliwia sen. Zwykły ból zęba najbardziej dokucza w nocy, przepędzając sen i stając się w ten sposób bardzo dokuczliwym. W takich wypadkach jedynym lekiem nasennym jest poprostu środek łagodzący ból. W ten sposób bowiem usuwamy przeszkodę w zaśnięciu.

Ogólnie również wiadomo, że zaśnięcie wymaga zupełnego spokoju; hałas, rażące światło, niewygodna pościel itd. utrudniają bardzo zaśnięcie. Wynika więc z tego jasno, że w pierwszym rzędzie musimy postarać się o wygodną, nie za miękką, ale i nie uciskającą pościel; pokój sypialny musi być dostatecznie zaciemniony, panować w nim musi należyta cisza. Hałas nie tylko zresztą przeszkadza w zaśnięciu, ale i odbija się również szkodliwie na systemie nerwowym człowieka śpiącego. Zwłaszcza szkodliwe są nagłe jakieś stuknięcia czy odgłosy, zrywające nagle człowieka śpiącego ze snu.

Niejednokrotnie zdarza się, że człowiek przepracowany nie może zasnąć pomimo spokoju i wygodnego łóżka. W takich wypadkach przedewszystkiem należy uprzytomnić sobie, że moment kładzenia się do łóżka bynajmniej nie jest odpowiedni do jakiegokolwiek rodzaju rozmyślań i obrachunków sumienia. Z chwilą położenia się do łóżka należy bezwzględnie siłą woli odpędzić wszelkie myśli. U osób zaś nerwowych, zwłaszcza przepracowanych, doskonale czyni zimny okład zmoczonego w wodociągowej wodzie ręcznika, położony na okolicę serca. Odruchowy skurcz naczyń krwionośnych skóry i pewien reflektoryczny wpływ na czynność serca wpływają uspakajająco na system nerwowy i na pracę serca, sprowadzając w większości wypadków już w krótkim czasie sen. W innych wypadkach organizm człowieka ruchliwego i bardzo pobudliwego wymaga, aby na jakieś pół godziny przed

położeniem się do łóżka wypoczął w zupełnym spokoju na kanapie. Pewien natomiast procent ludzi dobrze sypia po wieczornym spacerze na świeżem powietrzu względnie po zimnych nacieraniach całego ciała.

Należy naturalnie pomyśleć o higjenicznem uregulowaniu życia: w wielu wypadkach doskonale czyni codzienna gimnastyka, połączona z nacieraniem całego ciała względnie z kąpielami wodnemi i powietrznemi. Należy również w odpowiednich wypadkach skrócić sen popołudniowy, ponieważ zbyt długie wysypianie się w porze południowej może być przyczyną opóźnienia w zasypianiu wieczornem. Należy również ograniczyć ilość pożywienia wieczornego, gdyż zbyt obfita kolacja utrudnia zaśnięcie.

Przy zachowaniu wyżej wymienionych zasad udaje się w większości wypadków przywrócić zdrowy, pokrzepiający sen. Pozostają jeszcze przypadki bezsenności chorobliwej; tutaj pomóc może tylko fachowa porada lekarska. Lekarz musi w takim wypadku wykryć przyczynę bezsenności i przepisać choremu odpowiednie przyczynowe leczenie.

Przestrzec należy jednak przed zażywaniem bez wiedzy lekarza środków nasennych, ponieważ tego rodzaju środki nie są naogół dla organizmu naszego obojętne, człowiek łatwo się do nich przyzwyczaja i wówczas nie tylko, że środki te z czasem przestają działać, ale wpływem tym toksycznym zatruwają organizm. Środki nasenne zażywać można jedynie za wiedzą i z przepisu lekarza, który poleca je jedynie w specjalnych wypadkach chorobowych, dobierając rodzaj i ilość leków indywidualnie dla każdego chorego.

Co o leczeniu raka wiedzieć należy?

Dzięki inicjatywie i wydatnej pomocy Marji Skłodowskiej-Curie posiada Polska wzorowo zorganizowany Instytut Radowy w Warszawie, który w sprawie zwalczania raka oddać może społeczeństwu duże i rzeczywiste usługi. Już jednak w tym stosunkowo krótkim przeciągu czasu, w którym instytut ten funkcjonuje, można było stwierdzić, że — pomimo grozy, jaką rak wzbudza ogólnie — ludzie nie mają o tej chorobie najogólniejszych i najpotrzebniejszych, wiadomości z tego powodu w przeważającej ilości przypadków zwracają się o ratunek zbyt późno, kiedy choremu nie można już przynieść żadnej istotnej pomocy.

Rak może być wyleczony tylko wtedy, jeżeli jest

leczony wcześnie.

Jest on bowiem w swojem wczesnem stadjum rozwoju chorobą nie ogólną, lecz miejscową i wtedy może być wyleczony radykalnie. Niektóre raki, zwłaszcza organów wewnętrznych, są wprawdzie trudne do wczesnego rozpoznania z powodu braku charakterystycznych objawów, inne jednak, jak raki macicy, piersi, języka, warg, skóry, krtani dają wcześniej znać o sobie, a chorzy nie przerażają się niemi na razie dlatego tylko, że są z początku niebolesne.

Dlatego należy specjalnie podkreślić, iż każdy chory, u którego pojawi się

niegojące się szybko, normalnie, owrzodzenie

na wardze, na skórze, na języku, w jamie ustnej, u którego wystąpi dłużej trwająca chrypka lub niewielkie utrudnienie przy połykaniu, — każda kobieta, która dostaje

nienormalnych krwawień i krwawych upławów

chociażby nieznacznych, która poczuje stwardnienie lub guzek w piersi, nie powinna zwlekać, ale natychmiast dać się zbadać specjaliście.

Pozatem trzeba kategorycznie zaznaczyć, iż niema dotychczas żadnych proszków, ziółek ani maści, mogących wyleczyć raka.

Nie leczą go żadne zastrzyki miedzi, surowice ani szczepionki, tak samo, jak bizmut, magnezja, czy arszenik inne tym podobne „cudowne“ środki. W dzisiejszym stanie wiedzy może wyleczyć raka tylko rad, Roentgen lub chirurgja. Każda z tych medod ma swoje wskazania, zależnie od siedziby choroby i od jej rodzaju.

Wybór metody niezawsze jest łatwy. Są przypadki raków, w których leczenie chirurgiczne daje lepsze wyniki, niż rad i Roentgen — do takich należą przedewszystkiem raki przewodu pokarmowego i dróg moczowych. Są rodzaje umiejscowienia choroby, w których każda z tych metod — oczywiście, o ile jest odpowiednio i prawidłowo zastosowana — daje równe szanse wyleczenia i są takie, w których rad i Roentgen dają lepsze wyniki, niż chirurgja, jak to się zdarza w rakach skóry, warg, języka, jamy ustnej, krtani i macicy. Często trzeba łączyć metody, — stosując zarówno chirurgję, jak i energję promienistą n.p. w rakach piersi. Są wreszcie przypadki, które wymagają stosowania tylko radu lub tylko Roentgena, inne — stosowania radu i Roentgena łącznie.

Jasnem jest, że takie bezstronne dobieranie metod, najwłaściwszych dla danego przypadku i ułożenie odpowiedniego planu leczenia ku największej korzyści chorego jest możliwe tylko w zakładach, które posiadają urządzenie potrzebne do stosowania wszystkich metod oraz

właściwy zespół lekarzy

i należytą organizację pracy. Pozatem trzeba zaznaczyć, że same urządzenia lecznicze nie wystarczają. W rozpoznaniach rodzajów raka i w kontroli leczenia trzeba się opierać na pracowniach lekarskich, zwłaszcza na histopatologji; trzeba ją mieć pod ręką, by móc n. p. przeprowadzić badanie w czasie trwania operacji, tak samo, jak bezustannie potrzebna jest w czasie badań i leczenia djagnostyka Roentgena.

Te powody wywołały konieczność powstawania zakładów, specjalnie przystosowanych do leczenia raka, na wyżej podanych zasadach ścisłej współpracy lekarzy różnych specjalności i przy odpowiednim wyborze i skoordynowaniu metod. Leczenie bowiem musi być przeprowadzone nienagannie. Rak nie wybacza żadnej pomyłki ani żadnego zaniedbania lub niedociągnięcia. Jeśli się za pierwszym razem raka nie wyleczy, to już następne szanse wyleczenia są minimalne.

Operacja, wykonana nieodpowiednio, rozsiewa raka beznadziejnie. Leczenie radem lub Roentgenem, o ile nie stoi na wysokości zadania, uszkadza tkanki zdrowe, zaś tkankę nowotworową czyni odporną na dalsze, nawet poprawne wykonanie próby leczenia. Wyleczenie powinno być w zasadzie uzyskane przy pierwszej kuracji. Niestety, nie jest to możliwe w każdym przypadku — ale oczywiście szanse dla chorego są tem większe, im większa jest kompetencja lekarzy, środki, któremi lekarze ci rozporządzają, i im bliższa jest współpraca różnych specjalności medycyny.

Higjena starzenia się.

Fizjologja nowoczesna twierdzi, że proces starzenia się w naszym organiźmie już właściwie z chwilą ukończenia rozwoju i wzrostu t. j. zupełnego dojrzenia. Okres ten osiągamy mniej-więcej około 25 roku życia, przyczem istnieją tu różnice, dochodzące do kilku lat, w zależności od rasy, płci, klimatu i t. d. Później zaczynają się zmiany wsteczne, inwolucyjne, występujące (jakkolwiek w nierównej mierze) we wszystkich naszych narządach i będące właśnie istotą starzenia się. Czy proces taki zaczyna się natychmiast po ukończeniu rozwoju i czy dotyczy to zwłaszcza wszystkich narządów, musimy pozostawić do sprawdzenia dalszym badaniom fizjolog. wiemy bowiem z doświadczenia, że przyswajanie sobie nowych umiejętności po 25 r. życia, idących w parze nieraz z potężnym rozrostem mięśni i innych narządów, nietylko jest możliwe, ale zdarza się bardzo często. Możemy zresztą przypuścić istnienie pewnego okresu równowagi naszych narządów (między 25 a 30 r. życia) po ukończeniu rozwoju, a przed rozpoczęciem zmian inwolucyjnych, albo poprostu przesunąć granicę początku starzenia się na 30 r. życia. Bo starzenie się (w pojęciu fizjologicznem) po 30 r. życia jest już bezsporne. Wiedzą o tem dobrze sportowcy, którzy każdego zawodnika po r. 30-tym określają mianem „stary". Rzeczywiście jest to wiek zachodzenia i znikania t. zw. gwiazd i mistrzów różnych konkurencyj sportowych, którzy w tym wieku nietylko nie mogą już polepszyć, ale najczęściej nie są w możności nawet powtórzyć swoich dawniejszych wyników sportowych. Sam proces starzenia się polega na zużyciu się i na stałem wyczerpywaniu się zapasu energji życiowej naszych komórek, której ilość (znów w zależności od gatunku, rasy, cech dziedzicznych i t. d.) mamy różnie wielką, zawsze jednak ograniczoną. Rubner (jeszcze przed 20 laty) określił nawet ilość tej energji, jaką możemy zużyć po okresie dojrzenia — w kalorjach. Wynosi ona na 1 kg. wagi dla ssaków przeciętnie 200.000 kal., dla człowieka wyjątkowo aż 725.000 kal. Jeżeli zważymy, że człowiek o wadze 60 kg. produkuje na dobę około 3000 kaloryj, możemy łatwo obliczyć, że wspomniany zapas energji, który pozostaje nam po 25—30 roku życia, może wystarczyć na okrągło 50 lat. I rzeczy-

wiście 75—80 lat jest przeciętną granicą życia ludzkiego. Dodatkowo podamy tu długość życia u zwierząt ssących, która wynosi: słonie 150—200 lat, konie 40—50 lat, owce, kozy, psy 10—15, koty 8—10, króliki 5—8 lat. Stosunkowo długo żyją ptaki (kury 15—20, gołębie 40—50, papuga ponad 100 lat) i zwierzęta zimnokrwiste (gady, płazy i ryby): żółw 200—300 lat, szczupak 200 lat i t. d. Oprócz normalnego niejako zużywania się naszych komórek (z powodu stałej przewagi procesów dyssymilacji nad assymilacją) powodują wzgl. przyspieszają takie zużycie się również najrozmaitsze wpływy wewnętrzne. Najważniejsze z nich to są różne choroby, szczególnie wszystkie zakaźne, działanie trucizn i jadów, jakie w ciągu życia dostają się do naszego organizmu, urazy mechaniczne i t. d. Zwykle ujemne wpływy zewnętrzne nie obejmują swojem działaniem całego naszego organizmu i uszkadzają tylko komórki poszczególnych narządów. Długotrwałe jednak lub bardzo głębokie zaburzenia w czynnościach naszych poszczególnych narządów, działają zawsze szkodliwie na najważniejszy narząd — serce. Wogóle najczęstszą przyczyną śmierci, bez względu na to, jaki narząd jest przedewszystkiem zajęty sprawą chorobową, jest ustanie akcji serca. Długość zatem naszego życia zależy w głównej mierze od zapasu energji mięśnia sercowego i stanu naczyń krwionośnych, a starość człowieka należałoby określać właściwie według stopnia zużycia tych narządów, a nie według metryki.

Zmiany starcze, które występują szczególnie szybko w komórkach bardzo zróżnicowanych i ważnych, jak komórki nerwowe i sercowe, polegają na atrofji, t. j. zmniejszeniu się plazmy komórek, co pociąga za sobą zmniejszenie objętości całych narządów (mózg, serce, wątroba, nerki etc.). Pozatem występuje w wieku starczym niedokrwistość i zwiększenie ciśnienia krwi z powodu stwardnienia ścian i zwężenia światła naczyń krwionośnych. Kości są również mniejsze i więcej kłamliwe. Największe jednak zmiany występują w komórkach nerwowych (przedewszystkiem mózgowych), tak, że w przeciwstawieniu do śmierci patologicznej (wskutek choroby), która jest śmiercią sercową, nazywamy śmierć fizjologiczną (bez wyraźnych objawów chorobowych), śmiercią mózgową (Ribbert). Ogólnie znanym jest fakt, że proces starzenia się występuje u poszczególnych ras, narodów i ludzi w różnym czasie i z różną szybkością. Oprócz cech dziedzicznych, które są w tym wypadku najważniejsze, duży wpływ mają na przyśpieszenie tego procesu nadmierna praca fizyczna i umysłowa, brak snu i choroby zakaźne w okresie rozwoju i wzrostu, jak również przejścia psychiczne, złe warunki życiowe, nadużycia płciowe i działanie trujących używek w wieku dojrzałym. Zadaniem „higjeny starzenia się“ jest właśnie ochrona, pielęgnowanie i wzmocnienie osłabionych wzgl. uszkodzonych komórek i narządów, tak jak ogólnym celem higjeny jest do takiego osłabienia i uszkodzenia możliwie nie dopuścić i przesunąć przez to granicę starości i śmierci jak najdalej.

Zmiany starcze tak cielesne jak i psychiczne zależą w dużej mierze od tego, który z naszych ważniejszych narządów ulega

najwcześniej starzeniu się. Wogóle objawy starzenia się dają podobny obraz chorobowy jak zaburzenia w czynnościach gruczołów o wewnętrznem wydzielaniu. Powodem tego jest zmniejszenie funkcji wydzielniczej gruczołów płciowych i zmiany w tarczycy. Mamy więc: zwolniony proces myślenia, osłabienie pamięci, senność, wypadanie włosów (zaburzenia tarczycy) lub wybitne osłabienie mięśni i związana z tem niechęć do pracy, bezsenność, zwiększona pobudliwość nerwowa i słabe tętno (zaburzenia nadnerczy). Zanim organizm przystosuje się do tych zmian, występują zaburzenia ogólne, znane pod nazwą okresu przejściowego (około 50-go r. życia) u kobiet. Zaburzenia takie chociaż mniej wybitnie występują również u mężczyzn (między 50—65 r. życia) w postaci dolegliwości sercowych, duszności już przy drobnych wysiłkach, skłonności do tycia, zwiększonej drażliwości i depresji psychicznej oraz pojawiania się t. zw. myśli przymusowych. Okres ten jest również okresem zmniejszonej odporności na przeziębienia i choroby zakaźne. Z czasem jednak zaburzenia te wyrównują się i tylko na wypadek poważniejszych zmian w jakimś narządzie, może ten narząd, jako najsłabszy, być punktem wyjścia poważniejszej i długotrwałej choroby. W wieku starczym daje się również zauważyć duży wpływ dolegliwości cielesnych na życie psychiczne i naodwrót. Depresja psychiczna może być skutkiem zaburzeń trawienia, a zwiększona pobudliwość lub nieraz neurastenja może być w związku n. p. z tak częstym w tym wieku przerostem gruczołu krokowego i zaburzeniami w wydalaniu moczu. Urazy psychiczne znów, jak cięższe zmartwienia, utrata drogich osób i t. d., mogą być niejako punktem wyjścia poważniejszych chorób organicznych, prowadzących nieraz szybko do śmierci. Zastanówmy się teraz, jakie są wskazania higjeniczne w okresie starzenia się? — Otóż przedewszystkiem musimy zaznaczyć, że higjena starości zaczyna się już w wieku młodym. Unikanie nadużyć alkoholowych, chronienie się — w miarę możliwości — przed chorobami wenerycznemi (lues!), chorobami zakaźnemi i oszczędzanie naszych sił żywotnych przez uregulowany tryb życia, pozostawia nam pewien zapas energji na wiek starczy. Zapas ten jest bardzo potrzebny, bo umożliwia dalszą pracę, nagłe zaś zaprzestanie pracy działa w tym wieku na cały organizm i na psychikę bardzo ujemnie. Większy procent starszych ludzi, jakkolwiek fizycznie osłabionych, czuje się jeszcze w pełni sił psychicznych i umysłowych. Pożyteczna i niezbyt wyczerpująca praca umysłowa, potrzebna jest w takich wypadkach dla podtrzymania sił fizycznych. Bardzo korzystnem jest jakieś upodobanie, wzgl. zajęcie o charakterze towarzyskim. Urzędnicy — już na parę lat przed spensjonowaniem powinni sobie takie zajęcie wybrać, żeby nagłe zaprzestanie pracy zawodowej nie wytworzyło zbyt wielkiej luki w ich dotychczasowem życiu. Kto ma zajęcie wymagające mało ruchu, powinien uprawiać lekką gimnastykę pokojową i używać spaceru. Działanie słońca i świeżego powietrza jest równie korzystnem dla starców, jak dla dzieci. Należy jednak unikać zbyt szybkich i gwałtownych ru-

chów, spacerów po śliskich drogach (lód), gdyż kości w wieku starszym są kruche i łatwo łamliwe, a po złamaniu zrastają się o wiele wolniej, jak u osób młodych. Nie należy również przebywać na wolnem powietrzu podczas mrozów (zwłaszcza w wieku powyżej 70 lat), gdyż skłonność do przeziębień — z powodu osłabienia całego systemu krążenia i fizjologicznej anemji — jest bardzo duża. Chronić się również trzeba przed upałami, bo ataki apoplektyczne podczas upałów jak i mrozów są w wieku starczym bardzo częste. Bardzo ważnem jest pielęgnowanie i uzupełnienie uzębienia. Unikamy przez to poważnych nieraz zaburzeń w trawieniu, wymowa jest lepsza, a twarz i policzki zatrzymują swój normalny wygląd, albowiem brak zębów powoduje zanik wyrostków zębodołowych i ścieńczenie kości szczękowych, a temsamem zapadanie zwiotczałych policzków i zmianę wyglądu całej twarzy. — Z powodu starczej dalekowzroczności potrzebne są (do czytania) okulary, w które trzeba się w odpowiednim czasie zaopatrzyć. W wypadku innych niedomagań oczu, należy zasięgać regularnie porady lekarskiej. Szczególnie trzeba unikać alkoholu i nikotyny. Poza ogólnemi zmianami jest nikotyna szkodliwa również dla wzroku (wywołuje zaburzenia podobne do katarakty). Alkohol u osób przyzwyczajonych jest w bardzo małych dawkach (wino) dopuszczalny. Spożywany w dużych ilościach (najczęściej w połączeniu z nadużyciami płciowemi) może łatwo sprowokować katastrofę. Również uszy wymagają pieczołowitej opieki, gdyż naogół słuch staje się przytępiony. A więc dokładne oczyszczanie uszu z woskowiny i w razie wybitniejszego przytępienia słuchu używanie aparatów (trąbek). W zakresie narządu trawienia — wskazane jest pobieranie posiłków lekkostrawnych, często i w małych ilościach. Najlepiej 4 razy dziennie — przyczem ostatni posiłek najmniej na 2 godziny przed spaniem. Mięsa należy jadać mało — statystyki prowadzone przez zwolenników wegeterjanizmu wykazują, że tylko 5% ludzi odżywiających się przeważnie mięsem przekracza 80 r. życia. W celu uniknięcia zaburzeń i wstrząsów psychicznych, jak również oszczędzenia różnych drobnych przykrości musimy pamiętać o tem, że w wieku starszym pamięć jest osłabioną (szczególnie gdy chodzi o świeże wrażenia) — z powodu sklerozy naczyń mózgowych. Nastrój względem otoczenia raczej nieufny i stąd z biegiem lat coraz większa niechęć do nowych osób, nowych poglądów i t. d. Wszelka zmiana otoczenia, warunków życiowych, stałego miejsca pobytu i t. d. działa na psychikę i ogólny stan zdrowia szkodliwie. Duże znaczenie posiada również stan zamożności i zaopatrzenia finansowego na starość. Wszystkie statystyki wykazują, że z tych samych roczników umiera bez porównania więcej starców ubogich jak zamożnych. Tak więc poszczególne osoby, jak i całe społeczeństwo powinno pamiętać o należytem zaopatrzeniu się na starość.

Jak dziecko tak i starzec jest w procesie rozwoju społeczeństwa ludzkiego potrzebny; zobowiązują oni pokolenie pracujące do szczególnych względów, przypominają mu przyszłość i przeszłość i przyczyniają się biernie do trwałego polepszania stosun-

ków społecznych. Pozatem jest dość starców genjalnych, zachowujących bystrość i jasność umysłu do ostatniej chwili, którzy mimo wszystkich, powyżej wymienionych zmian i dolegliwości fizycznych, są podporami nauki lub rządzą światem.

Dr. W. Rychwicki.

Jak przedstawia się obecnie sprawa leczenia nowotworów złośliwych?

Kwestja powstania nowotworów złośliwych, oraz, co z punktu widzenia praktycznego ważniejszem jest jeszcze, sprawa ich leczenia, zajmują oddawna umysły najwybitniejszysh przyrodników i lekarzy. Nie zdziwi to nikogo wobec faktu, że nowotwory złośliwe, zwłaszcza rak, zabierają po gruźlicy największą ilość ofiar wśród ludzi. Lecz to nie wszystko. Dane statyst. wskazują nawet na to, że liczba schorzeń nowotworowych w ostatnich latach znacznie wzrosła, choć z drugiej strony trzeba dodać, że śmiertelność z tych schorzeń dzięki ulepszonym sposobom leczenia stosunkowo silnie się zmniejszyła.

Zanim przystąpimy do omawiania broni, jaką rozporządzamy w walce z nowotworami, zastanówmy się wpierw, dla łatwiejszego zrozumienia zagadnienia, nad tem, co to są nowotwory, oraz czem się różnią nowotwory złośliwe od łagodnych.

Nazwą nowotwory określamy tkanki rozrastające się **nieograniczenie, bezcelowo i** zupełnie niezależnie od przemiany materji ustroju macierzystego. Tworzą one jużto ogniska ograniczone, np. w postaci guzów, jużto rosną bardziej rozlanie, nieraz na dużej przestrzeni. Rosnąc, mogą nowotwory rozpychać tkanki otaczające, odcinając się od nich wyraźnie; taki wzrost jest cechą

nowotworów łagodnych

(tzw. dobrotliwych). Leczenie tych nowotworów nie napotyka nagół na większe trudności, a polega ono na wyłuszczeniu guza z otaczających zdrowych tkanek.

Inne natomiast nowotwory, zwane

złośliwemi,

wnikają w tkanki sąsiednie, przerastają je, nie tworzą ostrej linji granicznej. Mogą one w przeciwieństwie do łagodnych, tworzyć tzw. **przerzuty,** to znaczy, że cząsteczki nowotworu mogą zostać uniesione prądem krwi lub limfy w miejsca odległe w organiźmie od ogniska pierwotnego i tam rozrastać się w nowe guzy nowo-

tworowe. Przez wytwarzanie pewnych substancyj trujących nowotwory złośliwe, zwłaszcza wrzodziejące, wywołują często znaczne wyniszczenie ustroju, w którym się rozwijają.

Jeśli się uwzględni teraz wspomniane wyżej cechy nowotworów złośliwych (brak ostrej granicy wobec tkanek otaczających, — tworzenie przerzutów), to łatwo zrozumieć, że w leczeniu ich napotykamy zwykle na bardzo duże trudności.

Najdawniej znane i najczęściej obecnie stosowane są metody leczenia operacyjnego chirurgicznego.

Zasadą tego sposobu leczenia nowotworów złośliwych jest **wycięcie** jak najradykalniejsze nowotworu wraz z najbliższem otoczeniem tak, by nie pozostała najmniejsza nawet jego cząsteczka wśród tkanek organizmu. Tutaj właśnie nasuwają się pierwsze trudności leczenia. Mianowicie wobec braku ostrego odgraniczenia złośliwego nowotworu od otoczenia, musimy poświęcić dużo tkanki całkiem zdrowej, by mieć to przekonanie, że zabieg jest doszczętny, że nowotwór z pozostawionych resztek nie odrośnie.

Z drugiej strony wiedząc, że tkankę nowotworową prąd limfy zanosi często do najbliższych gruczołów chłonnych, które grają tu rolę jakby stacji celnej granicznej, zatrzymującej materjał nowotworowy i nie przepuszczając go wgłąb organizmu — musimy też usunąć operacyjnie wszystkie sąsiednie gruczoły i wogóle tkankę limfatyczną. Wreszcie zdarza się niekiedy, że musimy operacji wogóle zaniechać, kiedy nowotwór w dalszych stadjach rozwoju przerósł sąsiednie narządy ważne dla życia tak, że nie możemy ich usunąć bezkarnie wraz z pierwotnem ogniskiem.

Najlepsze więc szanse wyleczenia zupełnego dają nowotwory w pierwszych okresach rozwoju, gdy tworzą jeszcze ogniska małe, nie zrośnięte z sąsiedniemi narządami i gdy nie miały jeszcze czasu na wytworzenie przerzutów.

W daleko posuniętych przypadkach uciekamy się często do innych sposobów leczenia, mianowicie promieniami Roentgena, radem, mesotorem i tp. W początkowych okresach stosujemy zwykle aktinoterapję tam, gdzie zależy nam na dobrym wyniku kosmetycznym.

Mianowicie promienie Roentgena (zwane też promieniami X.) posiadają — obok innych własności — także tę, że działają szczególnie silnie na komórki nowotworów złośliwych, o dużo silniej, niż na inne komórki organizmu; działają więc na nie niejako **wybiórczo.** Pod wpływem dużych dawek wspomnianych promieni komórki nowotworów złośliwych przestają się mnożyć, ulegają martwicy, a w otoczeniu ich powstaje odczyn zapalny, który przez rozwój tkanki łącznej, — może spowodować zabliźnienie się ogniska nowotworowego. Korzystne wyniki naświetlania zależą od odpowiedniej dawki, od naświetlania powierzchownego lub głębokiego, stosownie do powierzchownego lub głębszego usadowienia nowotworu i naturalnie od rozległości nacieku nowotworowego, gdyż zmiany mniejsze łatwiej i szybciej dadzą się wyleczyć niż duże.

Obok promieni Roentgena stosuje się też w leczeniu nowotworów złośliwych **rad** i jego sole. Rad wysyła promienie trojakiego

rodzaju, zwane alfa, beta i gamma. Prócz ostatnich są one mniej przenikliwe, niż promienie X. i dlatego stosuje się je głównie w terapji nowotworów powierzchownie leżących, lub tam, gdzie można je w odpowiednich przyrządach, tzw. aplikatorach, – założyć wgłąb, np. w przypadku raka macicy. Działanie ich na komórki nowotworowe jest analogiczne do promieni X.

Ostatnio coraz częściej stosuje się metody skombinowanego leczenia, mianowicie po mniej lub więcej radykalnym zabiegu chirurgicznym, dodatkowo jeszcze naświetla się promieniami Roentgena lub radem.

Ze środków leczniczych chemicznych stosuje się **metale ciężkie** np. złoto, bizmut w postaci połączeń koloidalnych (zawiesina nadzwyczaj drobnych cząsteczek), lub też ich soli. Ten sposób leczenia opiera się na wynikach doświadczeń na zwierzętach, w których stwierdzono rozmiękanie i następowe wessanie tkanki nowotworowej w rakach mysich i mięsakach szczurzych pod wpływem dożylnych wstrzykiwań koloidalnych połączeń złota. Metale te mianowicie okazują pewne powinowactwo do komórek nowotworowych i wywierają prawdopodobnie jakiś wpływ na procesy samotrawienia w tkankach nowotworów, ułatwiając ich rozmiękanie.

Również pod wpływem dożylnych zastrzyków alkoholu miały nowotwory tak zwierząt doświadczalnych, jak i ludzi, zmniejszać się, a owrzodzenia rakowe miały się oczyszczać.

Próbowano wreszcie, niekiedy z niezłym wynikiem, leczenia ściśle swoistego nowotworów złośliwych przez wywołanie czynnego, względnie biernego, **uodpornienia organizmu** dotkniętego nowotworem podobnie, jak postępujemy w chorobach zakaźnych (bakteryjnych), gdzie wstrzykujemy szczepionki swoiste lub surowice.

Odporność czynną osiągnąć można czasem przez wprowadzenie komórek nowotworowych zabitych np. chloroformem. Udało się też uzyskać ją zapomocą komórek i tkanek płodowych, wychodząc z założenia, że tkanka płodowa pod wielu względami podobna jest do tkanki nowotworowej. Odporność bierną wywołać można zapomocą surowic zwierząt uodpornionych, lub takich, u których nowotwór ustąpił samoistnie. Tu otwierają się szerokie horyzonty na polu terapji nowotworów złośliwych, a metody uodparniania zajmą prawdopodobnie w najbliższej przyszłości dominujące stanowisko i w tej dziedzinie lecznictwa.

Tymczasem jednak leczenie nowotworów złośliwych nastręcza jeszcze wiele trudności, a w dużej mierze ponoszą winę tego sami pacjenci. Wspomniano bowiem wyżej, że im wcześniejszy jest okres rozwoju nowotworu, tem łatwiejsza i radykalniejsza jest jego terapja. Niestety jednak aż nazbyt często spotykamy się z tem, że chory radzi się lekarza wtedy, gdy wszelka terapja jest już daremna, albo możliwa tylko kosztem dużych zeszpeceń lub stałych dolegliwości dla pacjenta.

Dlatego należy dążyć do uświadomienia społeczeństwa, że nawet mały guzek, zwłaszcza gdy stopniowo (mniej lub bardziej

szybko) wzrasta, może być punktem wyjścia nowotworu, że napozór całkiem błahe owrzodzenie np. na wardze, języku, lub gdziekolwiekindziej może być objawem rozpadającego się już nacisku nowotworowego.

Jakżeż często spotykamy się z faktem, że zgłasza się do lekarza pacjent z olbrzymim guzem nowotworowym, a zapytany czemu nie przyszedł wcześniej, odpowiada: „Nie bolało mię, więc myślałem, że to drobnostka". A trzeba właśnie o tem pamiętać, że większość nowotworów, nawet bardzo złośliwych, przebiega, zwłaszcza w początkowych okresach rozwoju całkiem bezboleśnie.

Jeśli osiągniemy to, że i u nas, podobnie jak na Zachodzie, zgłaszać się będą do lekarzy pacjenci już w pierwszych okresach rozwoju choroby, to — mimo naszego stosunkowo szczupłego arsenału do walki z nowotworami — wyniki leczenia będą doskonałe.

Dr. Artur Hulles
(*Tarnów*)

HUMOR LEKARSKI

Jedyne wyjście ze sytuacji.

— Właściwie to miałem tylko jednego zęba do wyrwania, ale dentysta musiał mi wyrwać i drugiego! — opowiada pan Pączuś.

— Też był zepsuty?

— Nie, tylko dentysta nie miał mi wydać z dziesięciu złotych!

**

Znany chirurg stołeczny jest człowiekiem bardzo bogatym, a zarazem bardzo skąpym. — Niedawno syn jego zachorował na „ślepą kiszkę", a choć nie zdarza się, by ojciec-lekarz operował własne dziecko, chirurg sam dokonał operacji z najlepszym skutkiem.

Następnego dnia spotyka znajomego, któremu to opowiada.

— Niech pan powie, panie doktorze — czy nie bolało pana serce, gdy pan sam krajał własne dziecko? — pyta znajomy.

— Nie myślałem o tem, że to moje dziecko. Operację wykonałem, jak każdą inną.

— Właśnie dlatego pytam, czy nie bolało pana serce, że musiał pan operować darmo syna tak bogatego ojca?

**

Kuracja z ilustracją.

Mały Jędruś odwiedza w szpitalu wujcia, który podczas wycieczki w góry uległ katastrofie i obecnie leży ze złamaną nogą. Jędruś przypatruje się z uwagą karcie gorączkowej ponad łóżkiem chorego i pyta:

— Wujciu, czy to jest ta góra, z której wujcio spadł?

**

Prawdziwie cierpiący.

— No, wie pan, ostatecznie niema w tem nic dziwnego — mówi doktór do pacjenta — że pan niema apetytu, jeżeli pan, jak sam mi opowiada, zjadł już dwie porcje befszty-

ku z jarzyną, a potem jeszcze jakiś tort z jabłkami, ser itd.

— To prawda, panie doktorze, ale proszę uwzględnić, że ja i przed zjedzeniem tego nie miałem apetytu...

* *

Lekarz do żony: — Muszę wyjść, bo mię wzywają do chorego.

Żona: — Mój drogi daruj temu choremu jeszcze dziś życie i zostań przy mnie w domu.

* *

Uspokoił go.

Lekarz do ciężko chorego: — Co obawia się pan, by nie został pan żywcem pogrzebany?! Nie, niechaj się pan nie boi, gdy ja pana leczę jest to niemożliwe!

* *

— Patrz pan, panie doktorze, jak dobrze chodzę na nodze, którą mi pan chciał amputować!

— No tak, ale przy mojej kuracji nigdyby już pan nie potrzebował obawiać się nawrotów tej choroby.

* *

Wymagania minimalne.

— Kochany panie — mówi młody lekarz, zaczynając praktykę, do natarczywego wierzyciela — jeżeli pan już musi co kilka dni nachodzić mnie z tym rachunkiem, to niechże pan przynajmniej zawiązuje sobie za każdym razem twarz, żeby pan mógł uchodzić za pacjenta...

* *

Troskliwy.

— ...wyobraź sobie — nieszczęśnik połknął pięćdziesięciogroszówkę i musiano mu robić operację, lecz niestety nie dało mu się już uratować życia.

— A co z 50-groszówką?

* *

Oszczędny telegram.

Pomeranc, który czekał na rozwiązanie swej małżonki, telegrafuje zaraz po fakcie do Pipermana — oczywiście, ponieważ każde słowo kosztuje, w najkrótszych wyrażeniach. Wynika z tego taka depesza: „Rózia dziś urodziła dwojaczki — jutro reszta".

* *

Maszynista, który miał katastrofę (zderzenie parowozu z drugim pociągiem) leży w szpitalu. Dyrektor kolei przyszedł go odwiedzić. W rozmowie wypytuje się go o jego stosunki, jak długo służy, czy żonaty itd.

Ile Pan lat służy jako maszynista?

Dwadzieścia lat.

Czy pan żonaty?

Tak panie prezesie.

No niechże mi pan opowie, jak się panu to nieszczęście przytrafiło?

Całkiem zwyczajnie, proszę pana prezesa, jak moja Hanka

urodziła małe, no to się musiałem z nią ożenić.

* *

Coś z anatomji.

Co ty nie wiesz gdzie masz śledzionę, przecież w tem miejscu gdzie zegarek!

To niemożliwe, bo zegarek mam w lombardzie.

* *

Lepszy samobójca.

Na miłość boską, człowieku co wy robicie?

Ano chcę się powiesić!

Przecież jakbyście się chcieli powiesić, to musicie przecież powróz na kark założyć, a nie naokoło brzucha.

Ja wiem, ja tu już próbowałem, ale jak sobie sznur założyłem na szyję, to nie mogłem powietrza złapać i dusiłem się.

* *

Doktór do pacjenta: — Przyczyną pańskiej choroby jest brak ruchu.

Czem pan jest z zawodu?

Od 24 lat listonoszem.

* *

Dlaczego pan doktór nie chodzi do kościoła?

No bo wie pan tam się prosi i modli o codzienny chleb, a to mogliby mi ludzie wziąć za złe.

* *

— Wiecie co, ja to wolę sto razy złodzieja niż doktora!...

— Jakto?...

— Ano, bo jak u mnie był raz złodziej, to po jego odejściu wiedziałem co mi brakuje, a po odejściu nawet dziesięciu doktorów to nigdy nie będę wiedział co mi brakuje!

* *

Chłop mówi do doktora, który właśnie po zbadaniu jego żony wychodzi z chałupy:

— Panie doktór, obejrzyjcie moją krowę i powiedzcie mi co jej jest.

— Mój człowieku, przecie ja nie jestem weterynarz.

— To nic nie szkodzi, krowa i tak się na tem nie pozna.

* *

Doktór, badając u siebie pacjenta: — Nim pana zbadam, proszę mi powiedzieć co pan pije?

— Dziękuję za uprzejmość panie doktorze, i jeśli mi wolno prosić to kieliszek czystej „wyborowej“.

* *

Pewna sławna śpiewaczka przychodzi zrozpaczona do lekarza i żali się, że połknęła swoje sztuczne zęby.

— To nic niebezpiecznego, uspokaja ją lekarz. Dam pani znakomity środek przeczyszczający, to zaraz pomoże — proszę tylko uważać rano, żeby się pani przypadkiem nie ugryzła w palce.

* *

Pewien lekarz, odwiedziwszy chorego w domu, po zbadaniu jak zwykle zapisał receptę. Z braku bibuły, chcąc prędko

obsuszyć napisane, zeskrobał ze ściany trochę wapna, posypał receptę i podając ją następnie choremu mówi:

— To lekarstwo będziecie zażywać co godzinę.

Za kilka dni przychodzi znowu go odwiedzić i pyta chorego:

— No jak tam lekarstwo poskutkowało, używaliście je?

— No pewnie żem używał, niechże się pan doktór przypatrzy cała ściana już obskrobana, ale mi nic nie pomogło.

* *

— Widzi ojciec, — chwała Bogu przetrzymaliście choróbsko i niebezpieczeństwo minęło.

— O jeszcze nie, mój synku, jeszcze nie minęło. Doktór powiedział, że jeszcze raz do mnie przyjdzie.

* *

— Doktór: — Tak proszę pana, będę pana mógł wyleczyć, ale musi pan wszystko czynić co mu przepiszę!

— Naturalnie panie doktorze, uczynię to z pewnością!

— A więc proszę mi zapłacić rachunki, z którymi już pan od dwóch lat zalega.

* *

Doktór do pacjenta, którego zbadał:

— Pan ma zapalenie śledziony.

— Wie pan, że to możliwe, bo mię moja żona ostatnio tylko śledziami karmiła.

W nocy do jednej z aptek dobija się jakiś mocno „zawiany“ jegomość. Hałas sprowadził nocnego stróża.

Czemu tak hałasujecie?

Zęby mię okrutnie bolą, że już wytrzymać nie mogę, chcę sobie kupić lekarstwa.

Poco lekarstwa. Mnie jak zęby bolą, to idę do domu do mej baby, jak mię ona tylko przygarnie do siebie, to zaraz ból przemija.

A to dobre! Mówcież mi zaraz, gdzie wasza żona mieszka, zaraz tam do niej idę!

**

Tak mię głowa boli, że już nie wiem co robić!

Ja ci poradzę; przyłóż sobie okład z „przybytku“!

Z czego?... co to jest?...

Przecież wszyscy mówią, że od przybytku głowa nie boli!

**

Żona: Takam zła, że z wściekłości mogłabym zgrzytać zębami!

Mąż (woła do służącej): Kasiu przynieś pani zęby, są na umywalni.

**

Na Pogotowiu Ratunkowem opatrzono mężczyznę z rozbitą głową, a ponieważ był cały pokrwawiony, lekarz powiedział do niego:

No uspokójcie się, przecież tak zakrwawiony nie pójdziecie przez ulicę, ja was zaraz odwiozę do domu, do żony.

Co, do domu?! zanic na świecie, przecież ja stamtąd przyszedłem!

**

Rany boskie! Żono wołaj Pogotowie Ratunkowe, bo połknąłem spinkę od koszuli!

A poco?! przynajmniej raz będziesz wiedział. gdzie ją masz!

Na Pogotowie zgłasza się jegomość z rozbitą głową.

Co się panu stało?

Po raz pierwszy obudził mię dziś nasz budzik!

Jakto?

Ano, moja żona rypnęła mię nim w łeb!

* *

Franciszek Molnar.

Zakochany.

Rzecz dzieje się w organiźmie zakochanego, który nie może zasnąć, myśląc o swej ukochanej, i pali jednego papierosa za drugim, w podnieceniu i zdenerwowaniu.

Prawe płuco (do lewego): — Sąsiedzie, zbudź się!

Oskrzele: — Hallo, co się stało?

Prawe płuco: — On stanowczo zadużo pali. Najwyższy czas, by pozwolił nam spać, tymczasem nie można wytrzymać od dymu. Wątroba skarży się, błona śluzowa pieni się ze złości i jest czerwona jak rak.

Oskrzele: — Zupełnie słusznie. Czy w ten sposób traktuje się przyzwoite płuca? Czyż nie należy się nam wypoczynek? Mój szczyt już popłakuje cicho ze zdenerwowania.

Prawe płuco: — To już skandal!

Oskrzele: — Już nie chodzi o mnie, ale co zrobią moje dzieci oskrzeliki, kto im da jeść gdy umrę?

Prawe płuco: — Trzeba go ostrzec, że tak dalej być nie może. Chcemy spać...

Oskrzele: — wątpię czy ci się to uda. Odłoży jednego papierosa i po chwili weźmie drugiego. A czyż my mamy cierpieć dlatego, że on się zakochał?

Prawe płuco: — Spróbuję... Przedewszystkiem niech się trochę zakrztusi kaszlem.

Oskrzele: — dobrze. Spróbujmy...

Prawe płuco: (rozkazującym tonem):

— Zatkać krtań! Baczność! A teraz szybko otworzyć!

Zakochany: — Do licha! Znów ten przeklęty kaszel. (Odrzuca jednego papierosa i bierze drugiego).

Oskrzele: — No cóż? Nie mówiłem?

Hemoglobina: — Dobry wieczór. Ale dziś gorąco.. Okropnie wysoka temperatura. Nie można nawet pracować, jak się należy. (Odkłada odpadki po trawieniu).

Jedno z naczyń włoskowatych płuca (wypluwa z siebie odpadki): — Panie, gdzie pan tu kładzie? To nie tutaj. Pan się pomylił. To należy do nerek.

Hemoglobina: — Najmocniej przepraszam. Pomyliłam się. Ale to z powodu tego dymu i gorąca.

Naczynie włoskowate! — A cóż u pani słychać nowego?

Hemoglobina: — Wracam od serca... Coś tam nie w porządku. Bardzo nie w porządku.

Naczynie włoskowate: — My tu w płucach już czujemy, że jest coś nie w porządku. A dokąd to pani spieszy?

Hemoglobina: — Biegnę do głowy. Odbędzie się tam wiec ciałek krwi, które zbuntowały się, że nie mają wypoczynku. To będzie dopiero migrena..

Naczynie włoskowate: — Panie szefie! Panie szefie!

Prawe płuco: — Słucham. Co się stało?

Naczynie włoskowate: — Przechodziła tędy hemoglobina i mówiła, że wszystkie ciałka krwi zbierają się na górze. Będzie wiec protestacyjny.

Prawe płuco: — Nieszczęście, prawdziwe nieszczęście. Na nasze utrapienie musiał się on zakochać. Teraz będzie musiał wąchać wodę kolońską lub ocet, a my będziemy całą noc kichać i znów nie zmrużymy oka.

Kość czołowa (widząc z daleka napływające ciałka krwi): — Ocho! Znów wiec. Znowu będzie ból głowy i obwiążą mnie mokrym ręcznikiem. Co się stało? Dokąd idziecie?

Hemoglobina: — Idziecie na prawo? Co ma być z tego? Migrena?

Hemoglobina: — Melduję posłusznie, ból tylko z jednej strony.

Kość czołowa: — Jedyna pociecha, że przynajmniej z drugiej strony będzie spokój.

Zakochany: — Jaki piekielny ból głowy. Trzeba będzie zażyć „kogutka".

Hemoglobina: (pędzi do serca, wpada do lewej komórki i krzyczy): — Hallo, uwaga! Postanowił wziąć proszek.

Zastawka sercowa: — Podły. Chce nas doszczętnie zniszczyć. Nie wytrzymam dłużej. Ten człowiek kompletnie zwarjował. Ach ta nieszczęsna miłość...

Przełyk (woła w stronę żołądka): — Baczność! Na bok! Idzie porcja proszku!

Żołądek: — Znowu? Więc już nie będę dzisiaj spał? Ha, trudno. Kwasy, rozejść się. Resztki w dół! Gruczoły Brunnera naprzód!

Kwas żołądkowy: — Melduję posłusznie, że skład chemiczny przybysza jest następujący: $C_{11} H_{12} N_8 O$.

Żołądek: — Zneutralizować!

Kwas żołądkowy: — Rozkaz. (proszek zaczyna działać).

Ciałka krwi w mózgu: — Ratujcie! Policja! Kogucik! Uciekać! (uciekają w najwyższym popłochu).

Zakochany: — Głowa przestała. Trzeba się będzie położyć spać.

(Zakochany zasypia. Powoli cały organizm wraca do normalnego stanu. Krew krąży spokojnie w żyłach. Temperatura ciała opada. Wszystkie części organizmu układają się do snu).

Patrol krwi (do ślepej kiszki): — A pani co robi? Nie widzi pani, że wszyscy już śpią?

Ślepa kiszka: — Jakże mogę widzieć? Przecież jestem ślepa.

Patrol: — Wobec tego spać! A któż tam idzie?

Spóźniony przechodzień: — Białko.

Patrol: — Nareszcie wszystko w porządku. Ale jutro pewnie wszystko zacznie się od początku.

Patrol idzie dalej. Wokół cisza.

Zakochany śpi.

Student medycyny.

Przyczyna, dla której piszę te słowa, jest może trochę niezwykła. Poszukuję mianowicie dla mego siostrzeńca pokoju do wynajęcia. Chcę, by ta wiadomość dotarła do szerokich kół dlatego wybrałem tę drogę.

Mój siostrzeniec jest studentem medycyny trzeciego semestru. Nadzwyczajny młody człowiek, zapewniam was! Żyje jedynie dla wiedzy, dzielny, czysty, lubiący porządek. Istna przyjemność mieć go za sublokatora! Już sama świadomość, że ma się w swojem najbliższem otoczeniu człowieka, znającego się na medycynie! Proszę tylko pomyśleć!...

Spytacie mnie, dlaczego on u mnie nie mieszkał. Mieszkał u nas trzy miesiące. Naturalnie. Ale niestety, teraz żona moja leży ciężko chora w klinice a i moje zdrowie mocno szwankuje. Bóg jeden tylko wie, jak długo pożyję...

Po rozchorowaniu się mojej żony siostrzeniec zamieszkał u jednej z naszych znajomych. Niestety — zaszło coś nieprzewidzianego .. Ale o tem później opowiem.

A więc, jak już powiedziałem: nieocenione uspokojenie, świadomość, że ma się człowieka, który rozumie się na medycynie. Przytem takiego ambitnego, młodego studenta, jakim jest mój siostrzeniec!

Cóż my bowiem wiemy o nas? O naszem zdrowiu? O naszem biednem ciele? Nic nie wiemy! Przyznajmy się do tego szczerze. To też często się zdarza, że nie rozpoznajemy początkowych symptomatów różnych chorób, bagatelizujemy je w najlepszym wypadku, i gdy zaskoczy nas katastrofa, jesteśmy zupełnie nieptrzygotowani.

Innemi słowy, gdy ma się młodzieńca; który zna się. Proszę, proszę, ja nie wychwalam! Chcę tylko zwyczajnie skonstatować.

Ten oto młody człowiek — nazywa się Michał — był naprzykład trzy dni temu w naszym domu. Siedzimy przy stole i wesoło rozmawiamy. Nikt z nas nie myśli o czemś złem. Tylko Michał nie spuszcza ze mnie wzroku. Zauważyłem to.

Zapytałem, uśmiechając się:

— Co się stało, Michale? Przyglądasz mi się tak uważnie?

— No, właściwie to nic — odparł. — Zauważyłem tylko, że twarz wujek ma spuchniętą..

— Spuchniętą? — przerwałem. Nie zauważyłem... Co to może być?...

— Taak... Takie spuchnięcie bywa symptomem nephiritis acuta.

— Acuta Nephiritis?!

— Po polsku: zapalenie nerek. Bardzo niemiła i długa choroba. W każdym razie zwracaj uwagę na siebie!

W parę dni później żona moja podawała mu kawę.

— O, — zauważył Michał — Cioteczko, twoje ręce drżą! To jest choroba Bazedowa! Niezawodnie symptomy tej choroby! Żona bardzo się przelękła. Ale przecież lepiej, że wiemy o jej chorobie. Zestarzała się i nic o swej chorobie nie wiedziała. Straszne!

Po paru dniach przy śniadaniu nasz kochany Michał odezwał się:

— Co ci jest cioteczko? Wyglądasz tak źle...

— Ach, to nic. Tylko — bóle głowy.

Przeląkł się.

— Silne bóle głowy?

Tak.

— Z tem nie wolno żartować!... Oby to nie było tylko zapalenie mózgu...

Teraz żona wypuściła filiżankę z rąk. Michał podniósł skorupy, powtarzając zafrasowany.

— Oby to tylko nie było zapalenie...

Opowiadam te wszystkie drobnostki po to jedynie, żeby dać dowód, jak dobrze być stale pod obserwacją lekarską.

Naprzykład — brodawka na nosie! Nieprawdaż, nikt z nas nie zwróciłby na to uwagi. Ale medyk zauważy wszystko. On zauważy wszystko!

— Wujku, masz brodawkę na nosie!

— No, tak... Ale...

— U was, laików, wszystko jest bagatelką. Medycyna tego nie uznaje. Wszystko ma swoją przyczynę.

— Śmieszne. Cóż może mieć brodawka...

Michał rozgniewał się.

— Widać, że mówisz o rzeczach, o których nie masz pojęcia! Brodawka na nosie zaczyna się lupus vulgaris! Tak!

— Na litość boską! Lupus!...

— Tak! Lupus! Teraz już nie będziesz sią śmiał: brodawka na nosie! Tak, kochany wujku!

Miał rację, to trzeba mu przyznać.

Pewnego razu chodzę po pokoju, Michał mnie obserwuje. W końcu odzywa się:

— Zrób jeszcze parę kroków, wujku!

— Dlaczego? — pytam zdziwiony.

— Nie pytaj, tylko zrób!

A więc, zrobiłem jeszcze parę kroków. Rozkazywał dalej.

— Jeszcze raz! Dobrze. Teraz jeszcze...

Tym razem, już zaniepokojony, spytałem:
— Zauważyłeś co?...
— Masz taki dziwny chód... Pociągasz nogami.
— Czego to są symptomy?
— Bardzo mi przykro, wujku, ale muszę cię przygotować...
— Mów! Jestem przygotowany na wszystko! Więc co? Więc??
— Tabes dorsalis. Niestety...
Krew uciekła mi z twarzy.
— Wielkie nieba! Tabes!
Tak. Twój chód na to wskazuje. Nie masz się czego tak znowu lękać, wuju, ale...
— Słuch.. nie.. n.. nie.. be.. lękać się.. gdy.. gdy.. t.. tabes... — jąkałem przerażony, wstrząśnięty.
— Jąkasz się, wuju!
— Ja... ja... ja... jąkam się...
— Straszne, wuju — powiedział i spojrzał z politowaniem na mnie. Wiesz, na co to wskazuje?
— Wska... Tak... Co? Na Boga! Mów!
— Paraliż postępowy! Uważaj na siebie, wuju! Radzę ci!
Chyba dosyć dałem już przykładów, co to za błogosławieństwo mieć w domu u siebie dobrego lekarza.

Początkowo umieściłem go u jednej z dalekich krewnych. Któż mógł wówczas przewidzieć to nieszczęście? Młoda, kwitnąca, pełna życia kobieta! Nigdy nie chorowała! Ale Michał, biedny Michał, nie ma szczęścia do mieszkania. W sześć tygodni po jego wprowadzeniu się wynalazł u niej jakąś straszną chorobę, biedna kobieta zatrwożona poddała się operacji i... umarła. Któżby pomyślał? A więc widzicie jak to dobrze mieć w domu studenta medycyny. I takiego zachwycającego, nadzwyczajnego młodzieńca!
Szukam dla niego nowego mieszkania. Myślę, że znajdzie się wielu reflektantów. A więc czekam. Może kto z państwa ma ochotę i wolny pokój, proszę natychmiast dać znać do redakcji.

(*N. P.*)

Czem jest pocałunek?

Przeważnie ludzie całują się, nie zastanawiając się nad istotą pocałunku. Całują się, dając wyraz swym żywszym uczuciom, całują się z przyzwyczajenia, z tradycji, z obowiązku.

Pocałunek jest zaakceptowaniem miłości, przyjaźni, odwzajemnionych uczuć, zadokumentowaniem swych praw do danej osoby, jest prośbą i podziękowaniem, nagrodą i pochwałą, pieszczotą i udręczeniem, jest najdroższą, nieraz za cenę życia zdobytą rozkoszą i najtańszą zdawkową monetą.

Zdawałoby się, że to mniejwięcej wszystko, coby można powiedzieć o pocałunku. Posłuchajmy jednakże, jakiego o pocałunku zdania są pewne wybitne jednostki. Oto kilka ciekawych definicyj pocałunku.

Bernard Shaw powiada:

Prawdziwy pocałunek nie powinien brzmieć, jak wystrzał armatni jednakowoż powinien odezwać się długiem echem w sercu.

Fizyk uważa, że:

Pocałunek jest produktem wibracji dwóch różnogatunkowych komórek, które na skutek połączenia się popadają w rodzaj elektrycznego kontaktu. Przerwanie tych wibracyj, na skutek wewnętrznych uczuć jak przestrach, trwoga lub zaskoczenie może doprowadzić do poważnych zaburzeń nerwowych.

Filozof, gardzący uciechami ziemskiemi, twierdzi:

Człowiek który wynalazł pocałunek, zasłużył na najcięższe kary piekieł. Wszystkie bowiem cierpienia świata, wszystkie walki, wszystkie nieporozumienia, cała złość, zazdrość, zawiść, wszystkie troski — pochodzą od pierwszego pocałunku.

Dr. Fougler, prof. uniwersytetu w Kanadzie, rozbiera pocałunek na swój sposób, a mianowicie:

Ażeby zrozumieć istotę pocałunku, należy zbadać przedewszystkiem podstawę, na której spoczywa. Sto gramów ust różanych, badanych pod mikroskopem, wykazuje następujące składniki: 61 gr. wody, 0·7 gr. białka, 0·16 gr. śluzu, 0·34 gr. celulozy, 33·2 gr. tkanek włóknistych, 0·032 gr. fosforu, 0·371 gr. tłuszczu, 0·45 gr. soli kuchennej, 0·04 gr. chlorku, 0·01 gr. wapna oraz nieznaczne ilości tlenku magnezu, siarki chlorku i glinu.

Bakterjolog ostrzega:

Należy się strzec przed pocałunkiem. Pocałunek może doprowadzić do śmierci. Każde dotknięcie ust przenosi miljon bakteryj.

Młoda amerykańska dziennikarka uważa, że:

Pocałunek kraść, jest zupełnie naturalnem, natomiast pocałunek kupić jest głupota... Całować swoją własną żonę jest obowiązkiem dobrego wychowania. Całować brzydką kobietę jest cnotą rycerską, starą damę — samoudręczeniem, bogatą kobietę — obłudą, teściową — świętą ofiarą.

Literat, który napisał dwadzieścia tomów o miłości pisze:

Pocałunek między rodzeństwem dyktowany związkami krwi, można porównać do kawałka chleba bez omasty. Gdy dworak całuje z respektem rękę swej królowej, przypomina to zbliżenie się dwóch gór lodowych pod zimnem okiem arktycznego słońca.

Dziki szeik Beduinów, całując namiętnie usta porwanej dziewczyny, nie może swego jednostronnego pocałunku porównać z prawdziwym pocałunkiem.

Pocałunek, taki prawdziwy pocałunek, powinien się składać z trzech żywiołów: uczucia, namiętności i szacunku. Pełny i dający szczęście pocałunek opiera się zawsze na tych trzech żywiołach.

Sławna piękność ubiegłego stulecia Ninon Lenclos, która w osiemdziesiątym roku życia potrafiła jeszcze wzbudzić w mężczyznach uczucia miłosne, powiedziała tak o pocałunku:

Czaru i uroku pocałunku nie powinno się analizować tak jak nie analizuje się woni kwiatów.

W podręczniku do flirtu, który ukazał się niedawno w Ameryce, wzbudzając ogólne zainteresowanie, czytamy taką definicję pocałunku:

Wargi się spotykają, oczy zamykają, serce otwiera się, dusza unosi, cierpienia i powszedniość dnia codzienego znika, niebo się otwiera, świat zapada się pod nogami, serce zapomina o wszelakiej goryczy, i oto zdobyta sztuka pocałunku!

DEMON RUCHU.



Szofer, karetki pogotowia: — 51, 52, 53... dosyć proszę państwa mamy komplet, reszta czeka.

ADRESY BRANŻOWE

Gdzie kupować?

ANTYKWARNIE

Antykwarnia
M. M. Taffeta następ. Księgarnia antykwarska skład instrumentów muzycznych w Krakowie, ulica Szpitalna L. 8. Telef. 130-67 P.K.O. 411.175. Poleca swój największy skład książek szkolnych naukowych, pomocniczych oraz instrumentów muzycznych.

ALPACCOWE WYROBY.

Fabryka wyrobów alpaccowych
„BERNARDIA"
Landau i Nabel
Kraków, Zabłocie 59.

AKUMULATORY.

Akumulatory.
Skład Akumulatorów, naprawa i ładowanie Autostart, Kraków, Zwierzyniecka 29. telefon 181-51.

APTEKI.

Apteka
Mra Czesława Michalika zarządca Mr. Janina Żyborska, — Kraków, Łobzowska 8, telefon 173-36.

Apteka „Pod złotym słoniem" Tadeusza Oświęcimskiego, Kraków, ul. Grodzka 22, wyrabia najlepszą pastę do zębów „Wawelin". Telefon 102-03.

Składnica Apteczna „Zoria“, Spółka z ogr. odp., Kraków, ul. Sebastjana 9/11. Telegramy: Zoria. Telefony: 144-15, 170-47.

Apteka pod „złotym Lwem“ E. Schneidera, Kraków, Długa 4 Telefon: 102-94.

„Apteka pod aniołem” (dawniej Grabowskiego), Kraków, Dietla 76. Tel. 105-30.

Apteka pod „Gwiazdą“, K. Wiszniewski, Spółka z o. odp. Laboratorjum chemiczno-farmaceutyczne i konc. oddział hurtowny — Kraków, ul. Florjańska 15. Telefon 100-31. Główny skład wód mineralnych krajowych i zagranicznych.

Apteka Mr. J. Hirschtritta Kraków, ul. św. Gertrudy 1 (obok Głównej Poczty) Telefon 136-90.

„Apteka pod orłem“ Józefa Pankiewicza, — Kraków — Podgórze, Plac Zgody 18. Tel. 165-54.

Apteka Mr. M. Liśkiewicza Kraków, Mogilska 16. Tel. 175-90.

Apteka pod Trzema Koronami Kraków, Retoryka 1 róg ul. Marsz. Piłsudskiego tel. 130-72 **mgr St. Kozikowa.**

Czternasta Apteka Mr. W. Radwańskiej Kraków, ul. Lubicz 7 Tel. 121-82.

Poco niepotrzebnie cierpieć, kiedy za 35 groszy usuwa nawet zastarzałe nagniotki pasta **z apteki pod Złotą Koroną**, w Krakowie, **Rynek gł. 22.**



ARCHITEKCI.

Architekt
IPPOLDT OTTON
Rządowo upraw. budowniczy Kraków, Pl. Jabłonowskich 4.
Telefony: 171-81 i 157-84.

Architekt Zygmunt Grünberg Konc. budowniczy Kraków, Bonerowska 4. Tel. 119-60.

Architekt Henryk Haber Rząd. Upraw. Inż. Kraków, Pl. Dominikański 2. Tel. 189-08.

Inż. Arch. L. Bachner M. Stiel. Upoważnieni budowniczowie Kraków, Grodzka 32 Tel. 174-22.

Architekt — budowniczy Karol Wojtyga, Kraków — Dębniki ul. Wygrana 2.

Arch. S. Jonkler konces. budowniczy, zaprzysiężony biegły sądowy, Kraków — Straszewskiego 6. Tel. 117-32.

ARTYKUŁY SPOŻYWCZE I DIETETYCZNE.

Wszelkie artykuły spożywcze **dla cukrowochorych (diabetyków), B. FEINER,** Kraków, Starowiślna 8. Telefon 129-97. — Codziennie świeży chleb dla diabetyków.

ASFALT.

A. Unger „Asfalt" Przedsiębiorstwo robót asfaltowo-izolacyjnych i krycie dachów oraz zakład blacharski. Kraków, Zwierzyniecka 11. Tel. 117-76.

Tow. zimnych asfaltów „COLAS" Sp. z ogr. odp. Kraków, św. Jana 2. Telefon 117-88. wyrabia emulsje asfaltowe do budowy dróg.

AUTA I AKCESORJA.

Samochody J. Jaskólski „Ursus". Części zamienne i akcesorja, Kraków św. Marka 25, tel. 142-43.

Skład starych części samochodowych **Ch. Mandel** Kraków Miodowa 48. Telef. 169-78.

Biuro Reprezentacji Samochodów **„CHEWROLET"** Inż. **Oswald Beres** Kraków, Rynek 29. Tel. 136-63.

AUTOAGENTURA

T. SPIESS

Kraków, ul. Wiślna 12. Tel. 143-93. Samochody „Citroen" części zapasowe gumy „Dunlop".

„MOTORSERVICE"

S-ka z ogr. odp.

Kraków, Pijarska 4.

Tel. 165-66.

PRACOWNIA

siodlarsko-automobilowa

Tomasz Szepeluk Kraków, Piłsudskiego 20.

Części do samochodów **„Automobilja"** Kraków, — Basztowa 18. Tel. 168-61.

BANDAŻYŚCI.

Pracownia Bandaży i Gorsetów
R. BOGDANOWICZ
bandażysta - specjalista
Kraków, Florjańska 9, w podworcu,
poleca:
Bandaże przepuklinowe
Pasy brzuszne lecznicze
Suspensorja lecznicze
Prostotrzymacze
Opaski higjeniczne
Gorsety poszczuplające.
Po cenach najniższych.
Tel. 120-56.

BANKI.

Powszechny
BANK KREDYTOWY
S. A. w Warszawie, Oddział w Krakowie, Rynek Gł. 35. — Tel. 121-66 i 152-25. P. K. O. Nr. 408.000.

Centralna Kasa Spółek Rolniczych Oddział w Krakowie, Plac Szczepański L. 6. I. p. Tel. 115-22, 143-89 i 109-23. — Konto P. K. O. 400-27.

Kasa Zaliczkowa i Kredytowa Sp. z o. o., Kraków, Rynek Kleparski 4. (Dom Feniksa). Tel. 137-97.

Spółdzielcza Kasa Zaliczkowa Sp. z ogr. odp. w Krakowie Dietla 51. Tel. 169-08.

BATERJE.

Fabryka baterji i elementów elektrycznych **Inż. J. Muszyński** Kraków, ul. Szlak 51. Tel. 115-53.

BIELIZNA.

Kapelusze, bieliznę męską białą i kolorową, **krawaty** w wielkim wyborze poleca **A. Skórczewski i Polakiewicz** Kraków, Florjańska 13, Tel. 146-50.

Fabryka bielizny „Li-Vo" Löbel Viertel, Kraków, Stradom 16. Tel. 158-65.

BIURA ORGANIZACYJNE I BUCHALTERYJNE.

E. Pompa i T. Studnicki — biuro buchalteryjne, Poradnia handlowa i asekuracyjna, Kraków, ul. Florjańska L. 26, II piętro. Telefony 173-35, 147-37 i 182-65.

Józef Rogala Lewicki i Jan Srzednicki Biuro ajencyjno-handlowe Kraków, Gołębia 16 Tel. 156-89.

Biura ajencyjne **E. Vorzimmer i J. Hammer** Kraków — Wrzesińska 7. Tel. 106-21.

BIURA INFORMACYJNO-WYWIADOWCZE.

WYWIADY o stosunkach rodzinnych, pochodzeniu, wykształceniu, zawodzie, stanowisku i dochodach, przeszłości, charakterze, trybie życia każdej osoby w kraju i zagranicą przeprowadza najsumienniej i dyskretnie istniejące od 1887 roku — **Biuro Informacyjno-Wywiadowcze HIERONIM WEISS, Kraków, Rynek gł. 23. Tel. 124-53.**

BIŻUTERJE.

Nachhauser i Mond, hurtownia biżuterji i galanterji. Specjalność: nowości sezonowe. — Kraków, Dietla, 63. — Telefon 126-74.

Ch. Rakower, skład wszelkiej biżuterji i galanterji. Nowości sezonowe. Kraków, J. Dietla 45. — Tel. 160-13.

BLACHY.

I. Meitlis Kraków, Starowiślna 37. Tel. 106 89.

S. Stiel Mistrz blacharski. Wykonuje wszelkie roboty budowlane i galanteryjne oraz pokrycia wieży i kościołów. Specjalista pokrycia dachów korjolitem. Kraków, Mogilska 27.

BLACHARSKIE ZAKŁADY.

Zakład mechaniczno-blacharski Antoni Kozak Kraków, J. Piłsudskiego 20. Tel. 189-96.

BŁAWATNE TOWARY.

Ignacy Sobolewski, magazyn bławatny i konfekcji damskiej, Kraków, Grodzka 3. Rok zał. 1883. Tel. 146-42.

BRĄZOWNICTWO.

Pracownia art. cyzelersko-bronzownicza, Henryk Waldyn, Kraków, Smoleńska 19 — wykonuje wszelkie prace w zakres cyzelerstwa wchodzące.

Henryk Sztorc, Fabryka art. bronzowniczo-cyzelerska, Kraków, Florjańska 38.

S. Gregorczyk, Zakład art. cyzelersko-bronzowniczy i rytowniczy, Kraków, ul. św. Tomasza 25.

Pracownia art. bronzowniczа Feliksa Woźniaka, Kraków, ul. Stradom 8. — Niklowanie, srebrzenie, złocenie i t. p. Tel. 115-69.

BUDOWLANE PRZEDSIĘBIORSTWA.

Biuro inżynierskie
i przedsiębiorstwo budowlane
M. Kurkiewicz
J. Zarzycki
Kraków, Grzegórzecka — Boczna 8. Tel. 126-18.

Towarzystwo dla budowli przemysłowych i inżynieryjnych Sp. z ogr. odp. Kraków, Garncarska 5. Tel. 133-00.

Inż. STEFAN POLAŃSKI
autoryzowany
inżynier cywilny rząd.
upow. budowniczy
Kraków, ul. św. Jana 2.
Telefon Nr. 100-85.

BUDOWLANE PRZEDSIĘBIORSTWA I MATERJAŁY.

Biuro inżynierskie i przedsiębiorstwo budowlane M. Kurkiewicz i J. Zarzycki Kraków, Grzegórzecka boczna 8. Kraków, Telefon 126-18.

Skład drzewa stolarskiego
i budowlanego
Henryk Kanarek
Kraków, ul. Grzegórzecka
L. 52. Tel. 119-39.

Władysław Popek
mistrz sztukatorski, Kraków
ul. Pawia 10. Tel. 179-38,
wykonuje wszelkie roboty sztukatorskie z gipsu, cementu, ze sztucznego marmuru i kamienia.
Specjalność: **Ołtarze**.

Fabryka Wyrobów Betonowych **Wacław Bylica** Łagiewniki p. Borek Fałęcki Telefon Nr. 175-64.

Parcele budowlane, realności, majątki ziemskie kupuje, sprzedaje, bierze w komis, przeprowadza i finansuje parcelacje gruntów budowlanych.
Buduje domy i wille
„ESGE"
Spółka akcyjno-gruntowa i budowlana
w Krakowie
ul. Kochanowskiego 2.
Telefon 132-07.

Artur Lorie Kraków Mikołajska 6.

„Więzar" Biuro inżynierskie i przedsięb. budowlane Inż. I. Harband i Ska.

„Kafloparkiet" skład materjałów budowlanych specjalność piece kaflowe i parkiety Kraków, Dietla 93, telefon 164-61.

M. Gutter skład materjałów drzewnych budowlanych, stolarskich i posadzki dębowej. Kraków — Zabłocie (naprzeciw Targowicy Miejskiej) ul. Dekerta 43. Tel. 163-23.

Zygmunt Wiener i Justyn Goldhammer Skład materjałów budowlanych Kraków, Prądnicka 13. Tel. 165-80.

CEGŁY.

Zakłady Ceramiczne
„Bonarka“
Sp. z o. o. Kraków 14.
skr. poczt. 7.
Telef. 125-71.

Parowa fabryka cegieł **Jakóba Grünberga** Spadkobiercy Dzierż. Karol Ferber Wodna 24. Tel. 109-16.

Parowa Fabryka cegieł białych **Juljusz Liban Ska z o. o.** Borek Fałęcki tel. 115-32.

CHEMICZNE PRZETWORY.

Sklep Fabryki Przetworów Chemicznych **„Chemikal“** Ska z o. o. Kraków, — Zwierzyniec, Kościuszki 37. Tel. 105-80.

CHEMICZNE FABRYKI.

„TĘCZA“ Fabryka atramentu, laku do pieczętowania i kapslowania flaszek, gumy biurowej, kredek i plasteliny. Kraków, Prądnicka Nr. 72, telefon 158-12.

CYNKOWNIE.

Zakłady Cynkownicze **„Polcynk“** Spółka z ograniczoną poręką w Krakowie.

CUKIERNIE.

Wytwórnia ciast i cukrów nowocześnie i higjenicznie urządzona, wykonuje zamówienia pośpiesznie — Kraków, ul. Karmelicka 21. Sławkowska 30. Lokal sprzedaży i zamówień: Kraków, ul. Krupnicza 22. W. Perzanowski.

Cukiernia Noworolskiego Kraków. Rynek Gł. — Sukienice. Telefon 126-07. — Cukry, Ciastka, Kawa, Herbata, Chłodniki.

Wytwórnia Herbatników, keksów, biszkoptów i sucharków. Kraków, Szczepańska 5.

Wytwórnia cukiernicza **A. S. Antos** Kraków, Karmelicka 47.

Cukiernia Kazimierz Danek Kraków, Karmelicka 13. Tel. 155-07, Rynek Gł. 35. Tel. 145-82.

Józef Kremsdorf Wyrób Cukierków Podgórze — Kraków Brodzińskiego 1.

Fabryka cukierków **Stefan Postawka** Kraków Pl. Kazimierza Wielk. 6. Telefon 143-18.

CZEKOLADY.

Fabryki cukrów **Ignacy Spira** Kraków, ul. Poselska 22. Tel. 106-42.

„Helvetia“ Fabryka wyrobów czekoladowych i wafli, Ska z ogr. odp. Kraków, ul. Kolejowa 12.

J. Pischinger i Ska Fabryka Wyrobów Czekoladowych Sp. o. o. Kraków.

DENTYŚCI.

Zakład techniczno - dentystyczny Stanisława Strzelbickiego Kraków, Basztowa 10.

Zakład dentystyczny N. Waltnera, Kraków, Kościuszki 42 II p. Tel.: 183-56. Godziny przyjęć: od 9—1 i od 3—6.

Uprawniony Zakład techniczno-dentystyczny Anny Weissenberg, Kraków, Krowoderska 6, parter.

Zakład techniczno-dentystyczny Stanisława Langera upraw. techn. dentyst. Kraków, Zwierzyniecka 15. — Tel. 182-03, przyjmuje od 9–12 i od 3–6. Dla P. T. Urzędn. państw. i młodzieży szkolnej dogodne warunki.

Zakład techniczno-dentystyczny Michała Śliwińskiego, Kraków, Karmelicka 6. Przyjmuje od 10—1 i od 3—6.

DEWOCJONALJE.

Józef Cebulski, Kraków, Szewska 22. — Tel. 139-53. Hurtowny skład dewocjonalji, Galanterja, Oprawa obrazów. Duży wybór podarków okolicznościowych.

DJETETYCZNE ARTYKUŁY.

Tadeusz Burzyński Kraków, Retoryka 19 tel. 151-54. Wyrób środków dyjetetycznych poleca ponadto: ciasto strudlowe galaretki owocowe, budynie i t. p.

DOMY HANDLOWE.

D. H. Henryk Paconower, Kraków, Batorego 19. Tel. 136-28.

J. Wasserberger dawniej M. Schönfeld Kraków, ul. Stolarska.

„MUNDUS" Dom handlowy i komisowy S-ka z ogr. odp. Kraków, Karmelicka 27. Tel. 108-16.

DROGERJE.

Drogerja Tadeusz Severin, Kraków, Zwierzyniecka 29. Telefon 180-39 poleca bogato zaopatrzone działy: Apteczno-drogeryjny, Kosmetyczno-perfumeryjny, Fotograficzny, Gospodarczy.

Skład farb i materjałów, artykułów gospodarczych i toaletowych Kazimierz Dziedziniewicz, Kraków, ul. Karmelicka 21. Tel. 135-28.

Drogerja Mag. A. Reifera Kraków, Grodzka 35. Tel. 183-39.

Skład Materjałów Aptecznych Inż. Chem. Michał Karpf Kraków XXII. Salinarna 22. Tel. 182-45.

Drogerja J. Wilkosza Kraków, ul. Karmelicka 14, telef. 105-32. Poleca świeże lecznicze wody i sole mineralne. Skład bandaży, gazy opatrunkowej, artykułów gumowych i chirurgicznych. Perfumy i artykuły toaletowe.

Apteka pod „Złotą głową" Mr. Krówczyńskiego i Norka Kraków, Rynek gł. 13. Telefon 131-72. Poleca krem własnego wyrobu „Norka".

Drogerja i perfumerja oraz hurtownia apteczna Stefana Ostrągowskiego, Kraków, Kaz. Wielkiego 16 róg ul. Józefitów. Telefon 165-04.

Hurtowny skład artykułów gumowych chirurgicznych, opatrunkowych i galanterji aptecznej **Arnold Gronner** Kraków, Grodzka 69.

DROŻDŻE.

Fabryka drożdży

„Bieżanów"

SP. A.

DRUKARNIE.

Drukarnia W. L. Anczyca i Spółki, Kraków, Zwierzyniecka 2. Telef. 101-94.

Drukarnia Narodowa
Kraków, ul. Piłsudskiego 19. Telef 104-04 i 124-04
P .K. O. 401.111.

Drukarnia Literacka, Kraków XXII, plac Zgody 4. — Tel. 185-18 i 146-13, wykonuje wszelkie prace w zakres drukarstwa wchodzące, jak czasopisma, afisze, programy, druki kupieckie.

Drukarnia Markus Ziegler Kraków, Dwernickiego 1. Tel. 171-48.

Drukarnia „Sztuka"
Kraków, Berka Joselewicza L. 26. Tel. 110-38.
Skrytka pocztowa 321.
KARTONAŻE — OFSET.

Drukarnia A. Deutschera Kraków, Dietla 38. Telefon 161-03.

Drukarnia „Nowość" Kraków, Zyblikiewicza 9. Tel. 129-73.

Drukarnia Józefa Fischera Kraków, Grodzka 62. Tel. 104-12.

DRZEWNY PRZEMYSŁ

Skład drzewa **G. Matzner** Podgórze ul. Salinarna 28. Tel. 112-43 i 135-46.

Skład drzewa stolarskiego i budowlanego **J. Weinstock** Kraków, XXII. Salinarna 13. Tel. 185-78.

Skład drzewa budowlanego **Korngold Ferdynand** Kościuszki 40, Tel. 126-84

S. Zollmann
Przemysł drzewny
w Krakowie
Pl. Matejki 6.

S. Wistreich i Synowie przemysł drzewny i eksport drzewa Kraków, Wybickiego 1a. Tel. 155-46.

Fryderyk Weingrün skład drzewa Kraków, Grzegórzecka 51. Tel. 112-28.

„Arbor" eksport drzewa Kraków J. Piłsudskiego 17.

Drzewo
Tartak Leplówka
Kraków, Batorego 19.
Telefon 172-93.

L. Schönfeld skład drzewa Kraków, Grzegórzecka 53. Tel. 115-37.

ELEKTROTECHNICZNE MATERJAŁY.

Fabryka Elementów Elektrycznych **„Elektron"** Spółka z ogr. odp. Kraków św. Łazarza 13.

Materjały elektrotechniczne **Ludwika Kowalska** Kraków. ul. Karmelicka L. 18. Tel. 156-24.

Powszechne Towarzystwo Elektryczne **A. E. G.** Kraków, św. Tomasza 8. Tel. 110-21.

EMALJARNIE.

Fabryka szyldów emaljowanych. Wytwórnia pieczątek Ska z o. o. Kraków, Dietla 81. tel. 147-39. Tablice przepisowe dla urzędów państwowych i Samorząd. dla P. T. Lekarzy, adwokatów itp. Tanio — szybko — solidnie.

ESENCJE.

Oryginalne Esencje Reichela — naturalne produkty likierowe — w najwyższem udoskonaleniu do domowego wyrobu najprzedniejszych likierów i wódek są jedyne światowej sławy. Od blisko 50 lat są używane przez miljony smakoszy na całym świecie. 1 litr likieru (40% mocy), wynosi około zł. 5. — Żądać w lepszych drogerjach i składach wódek, lub u wytwórcy Ch. Nowomiejski, Kraków, Skrytka 41.

FABRYKI TUTEK.

„Altesse-Wisła" Fabryka tutek i bibułek papierosowych Spółka akcyjna, Kraków, ul. Długa 17.

FARBY.

Polska Fabryka Farb i Lakierów **Edward Lutz i Ska** Kraków XXII.

Farby i Przybory Malarskie. Fabryka farb i przyborów malarskich **Iskra i Karmański** w Krakowie, wspiera finansowo Pogotowie Ratunkowe.

„Graphicum“ Inż. Krieger i Ska Kraków, ul. Karmelicka 16. Tel. 120-86.

L. Baranowski Spółka z ogr. odp. Krajowa Fabryka Lakierów i preparatów chemicznych w Krakowie Twardowskiego 16. Tel. 111-12.

Wyroby Chemiczne „Korona L. Pitzele Kraków — Podgórze Zamojskiego 10. Tel. 135-92.

A. Mokrisz — J. Migdał skład farb, materjałów, pokostu nafty i szczotek Kraków, Plac Szczepański 8.

FIRANKI.

Fabryka firanek i materjałów tapicersko — dekoracyjnych **Michał Weitz,** Kraków, Florjańska 23. Tel. 148-40.

FORTEPIANY.

Józef Stopka
strojenie i naprawa fortepianów
Kraków, Długa 15.

FOTOGRAFICZNE ZAKŁADY.

Zakład art. fotograficzny Z. Garzyński, Kraków, ul. Sławkowska 6. Tel. 134-42.

Zakład artystyczno-fotograficzny A. Walaszek Kraków, Florjańska 40, parter, oficyna, obok Hotelu Polskiego. — Wykonuje również powiększenia.

„Fotoskład“ Aparaty i przybory fotograficzne Kraków, Grodzka 2. Tel. 166-19.

FUTRA.

Pracownia futer P. Blodek, Kraków, Grodzka 48 I. p. front, wykonuje wszelkie prace kuśnierskie według najnowszych żurnali.

Roman Opaliński, Zakład kuśnierski, Kraków, ul. Gołębia 3. Wykonuje wszelkie roboty męskie i damskie w zakres kuśnierstwa wchodzące po przystępnych cenach.

Pracownia kuśnierska Natana Trauba, Kraków, ulica Jagiellońska 5, II piętro.

Zakład kuśnierski Norbert Briefer, Kraków, Grodzka 21. Tel. 181-08. Najnowsze modele na składzie. Ceny przystępne.

Pracownia futer Władysława Miodońskiego, Kraków, Rynek Gł. 46 — Wykonanie przerwszorzędne. Ceny przystępne. Tel. 188-77.

PIENIĄŻEK
Zakład Kuśnierski
Kraków,
Rynek Gł. A-B 39.

Jakób Landsberger, skład futer i pracownia kuśnierska, Kraków, Sławkowska 14. Telefon 171-25. Wykonanie solidne. Ceny przystępne.

Przemysł futrzany Dr. Inż. Steinhaus i Stempel Sp. z ogr. odp. Kraków, — Przemysłowa 13. Tel. 183-36.

Teofil Stanoszek pracownia futer, Kraków, Gołębia 8 II. p. wykonuje wszelkie futra solidnie i po cenach przystępnych.

Futra J. A. Poser Sp. z ogr. odp. Kraków, Grodzka 31.

Futra damskie i męskie gotowe i na zamówienie, ceny niskie, robota solidna, Urzędnikom Państw. dogodne warunki. **Wytwórnia futer,** Kraków, Florjańska 7.

ZAKŁAD KUŚNIERSKI **Karola Sulikowskiego,** Kraków, plac Szczepański 2. Telefon 108-64.

Hurtownia futer Józef Sender Kraków, Krakowska 5. Telefon 144-90.

Pracownia Kuśnierska Stanisława Dudy, Kraków ul. Biskupia 3. Wykonuje wszelkie roboty kuśnierskie według najnowszych fasonów. Wykonanie punktualne.

Michał Fischgrund, skład futer i pracownia kuśnierska Kraków, Grodzka 65. — Telefon 183-62.

Futra Juda Baral, Kraków, Stradom 19. Tel. 161-39.

GALANTERJA.

Szajdakowski Wiesław, skład pończoch, trykotaży, oraz przybory do szycia Kraków, ul. Szczepańska 11. Telefon 176-97.

M. Stoeger Dom komisowo-handlowy, Kraków, Mostowa 12. Tel. 131-97.

Pończochy, rękawiczki, trykotarze, towary modne, galanterja **M. Majewski,** Kraków ul. Wiślna L. 2.

Henryk Lipschitz
Skład towarów galanteryjnych, stalowych i przyborów do palenia Kraków, Dietla L. 39. Telefon 146-76.

„BIJOU“ Magazyn modnej biżuterji Kraków, (Gmach Feniksa) Jana 2. Tel. 109-42 i Grodzka 4. Tel. 189-04.

GORSETY.

„Warszawianka"
Pracownia gorsetów, biustników i wytwornej bielizny dla Pań. — Wykonanie bardzo solidne. Ceny przystępne. Kraków, ul. Batorego 17. Wejście przez sień.

Pracownia gorsetów i napierśników
MARJI MEDONIOWEJ
Kraków, Florjańska 5, I p. ofic.
Telefon Nr. 179-08.

Pierwszorzędny Salon Gorsetów **„Gracja"** Kraków, Szewska 6. Rok zał. 1912, tel. 107-96.

„ŁUCJA"
Kraków-Sukiennice 29.
Artystyczny salon gorsetów i napierśników — poleca rzeczy modelowe — gotowe i na miarę.

GRAMOFONY.

Leopold Hutterer
Kraków
Grodzka 43.

GUM NAPRAWA.

Zakład naprawiania gum samochodowych oraz wulkanizacja. Naprawa kaloszy i śniegowców. **Piotr Bawolik**, Kraków, Smoleńska 23.

GUZIKI.

Bracia THORN
Fabryka guzików
KRAKÓW XXII.
Krasickiego 18, tel. 147-59.

GWOŹDZIE.

„Rydlówka"
Fabryka gwoździ i wyrobów żelaznych w Krakowie — Podgórzu. Rydlówka 5. Tel. 104-09.

HANDEL NIEROGACIZNĄ.

Jan Gawlik i Ska
Dom komisowy dla handlu nierogacizną Kraków, Długa 35. Telefon 165-65. adres telegr. Gawlik, Kraków, Długa 35. Adres dla przesyłek: Gawlik i Ska Kraków — Grzegórzki.

HERBATA.

Polsko-Angielskie Tow. Handlu herbatą „Tea“ Spółka z ogr. odp. Kraków św. Tomasza 26. Tel. 169-74, poleca doskonałą herbatę ze znakiem ochronnym „Słoń“

HOTELE.

Hotel Europejski, Kraków, Lubicz 5. naprzeciw dworca kolejowego. Telef. 101-16. Ceny znacznie zniżone.

Grand Hotel, Kraków ul. Sławkowska 5-7. Telefon Nr. 152-85.

Hotel Saski, Kraków, ulica Sławkowska 3. - Telefony: 182-33 i 129-21.

Hotel Francuski Kraków, ul. Pijarska, — Tel. centrali 152-92.

INSTALACYJNE ZAKŁADY.

Towarzystwo budowy maszyn i urządzeń sanitarnych.

Drzewiecki i Jeziorański S. A.

Oddział w Krakowie ul. Szpitalna 7. Telef. Nr. 123-70 Projektuje i urządza Ogrzewania Przewietrzania — Kanalizacje — Łaźnie — Wodociągi — Gazociągi — Kuchnie — Pralnie.

Koncesjonowany Zakład instalacyjny wodociągów, gazu, kanalizacji i centralnego ogrzewania **Józef Krzak i Piotr Karabuła**, Kraków, ul. Karmelicka 30. Telefon 177-65.

Zakład instalacyjny i blacharski oraz wytwórnia trumien metalowych J. Butelski i S. Kurach, Kraków, św. Marka 11.

Koncesjonowany Zakład dla budowy wodociągów, gazu, ogrzewań centralnych, pomp i kanalizacji oraz Zakład blacharsko-budowlano - galanteryjny W. Müller i A. Jędrzejowski, Kraków, ul. Długa 38. — Telefon 127-26

„**Wodogaz**“ skład materjałów dla urządzeń wodociągowych, gazu i pary Kraków, Stolarska 15. Telefon 175-81.

Zakład instalacji wodociągowej, gazociągów, kanalizacji i centralnych ogrzewań **Władysław Bodio, Kraków, Lubicz 24.** Telefon 130-29.

Wojciech Szczepanek, koncesjonowany Zakład dla instalacyj wodociągowych oraz pracownia blacharska. Kraków, Jagiellońska 8. Tel. 167-05.

J. Panek Technik
Biuro techniczne i Zakład instalacyjny Kraków ul. J. Piłsudskiego 25
Tel. 103-85
projektuje i wykonuje centr. ogrzew. kanalizację, gaz, wodociągi ujęcia źródeł, wentylacje, pralnie i suszarnie mechaniczne.

Władysław Gryglewski Konc. Zakład budowy wodociągów, Kanalizacji i central. ogrzewania Kraków, Garbarska 26. Tel. 144-55.

Juljusz Jurczak
Biuro Techniczne i konc. instalator wodociągów, gazociągów i centralnych ogrzewań.
Kraków,
Franciszkańska 4.
Telefon 147-01.

Adam Bernardyński, Kraków, ul. Dominikańska 2. Telefon 116-91. Instalacje wodociągowe i gazowe, cyrkulacje ciepłej wody, kanalizacje, blacharstwo budowlane i galanteryjne.

Józef Mruk zakład instalacyjny dla wodociągów, gazu i centr. ogrzewania, Kraków Rynek Gł. 29. Linja C—D. Tel. 159-80.

Inżynierskie Biuro Elektro-Techniczne **„Elektroprąd“** Zakład instalacyjny.

„Metron“ Inż. Stefan Blasberg Konc. Zakład Naprawy Wodomierzy i Gazomierzy, Kraków, ul. Piłsudskiego 20.

INSTRUMENTY MUZYCZNE.

PRACOWNIA
instrumentów muzycznych
JÓZEF ZAJĄC
Kraków, Florjańska 21.

Kluger Skład instrumentów muzycznych, patefonów, płyt. rowerów, nart i łyżew oraz przybory do tychże. Kraków XXII. ul. Kalwaryjska 23.

INTROLIGATORNIE.

Robert Jahoda Zakład galanteryjno introligatorski oraz oprawa obrazów w Krakowie Gołębia 4. Tel. 114-24

JELITA.

Alter i Froman Czyszczelnia jelit Kraków, Rzeźnia miejska.

G. S. Heublum Wyrób jelit bydlęcych Ludwinów przy Podgórzu, Retmańska 6. — Tel. 110-63.

KAFLARZE.

Przedsiębiorstwo kaflarskie
Stanisława Wnęka
Kraków XII.
Kraszewskiego 17. Tel 146-01.

KAFLARNIA
Franciszek Duda
Kraków — Zwierzyniec
ul. Kasztelańska 27.

KAMIENIARSTWO.

Pracownia art. rzeźbiarsko-kamieniarska Juljana Michalika Kraków, al. 29 Listopada 21 wykonuje wszelkie roboty budowlane, grobowce, pomniki, figury i t. p.

Jakób Grünapfel egzamin i konces. majster kamieniarski Kraków, Miodowa naprzeciw cmentarza izrael.

Spółka dla wyłomu bazaltu i diabazu
w Regulicach
Spółka z ogr. odpow.

M. S. Figatner Jetti Figatner Zakład kamieniarski zał. w r. 1864. Telefon: 149-17. Kraków, Miodowa 53.

KAPELUSZE.

Najelegantszy kapelusik zakupi każda Pani tylko w firmie I. GROS, Kraków, Grodzka 32.

KAPSLE ALUMINIOWE.

Fabryki kapsli aluminiowych **„Alu-fin"** Sp. z ogr. odp. Kraków, ul. Piłsudskiego 14.

KAROSERJE.

Pracownia karoserji samochod. i powozów **Franciszek Polak** Kraków, J. Piłsudskiego 20. Tel. 189-96.

KAWA.

J. Huppert, Hurtownia kolonjalna. Palarnia kawy i pakownia herbaty „Mandara" Telefony 106-82 i 124-41. Kraków, Gertrudy 14.

KAWIARNIE.

„LIDO"
Dancing Bar
Spółka z ogr. odp.
Kraków, ul. Grodzka 42.

Kawiarnia „FENIKS" Kraków, ul. św. Jana.

Kawiarnia Dancing-Bar „Moulin—Rouge" Kraków Gertrudy 28., wejście z Plant. Tel. 103-23. Otwarta do godz. 5-tej rano.

„Royal" Kawiarnia i Restauracja, Kraków, św. Gertrudy 26, wejście od Plant. Telef. 137-63.

KILIMY.

Artystyczne **Kilimy** tkaniny męskie Grünerowa Kraków, ul. św. Tomasza 26. Telefon 124-59.

Wytwórnia artystycznych tkanin „Kobierzec“ Kraków, ul. Podwale 3. Tel. 131-69.

KOLONJALNE HANDLE.

Bernard Goldberger Handel kolonjalny Kraków, Sienna 7. Telefon 170-04.

F. Weindling Hurtownia towarów kolonialnych Kraków, Dietla 42. Telefon 110-36. P. K. O. 406-781.

KOŁDRY.

Marja Kulinowska Skład płócien, kołder i bielizny. Kraków, Sławkowska 13. Tel. 146-88.

KONFEKCJA DAMSKA.

Franciszka Piela Kraków, ul. Karmelicka 21. Telefon 181-48. Poleca: pończochy, bieliznę trykotaże i przybory do szycia.

Magazyn nowości dla Pań E. Szancer. Kraków, Florjańska 55. Tel. 129-06. Płaszcze, suknie, trykotarze. — Własna pracownia krawiecka.

Adolf Braciejowski, Magazyn konfekcji damskiej. Płaszcze, kostjumy, bluzki, suknie, szlafroki. Kraków, Grodzka 4. — Tel. 128-58.

KORKI.

Krakowska Fabryka Korków Kraków, Straszewskiego 2. Telefon 139-34.

KOSMETYKI.

Firma „Miraculum” Doktora Lustra. Kraków, Obożna 14, Telef. 107-84, złożyła jako datek zł. 15 na Pogotowie Ratunkowe w Krakowie.

Wytwórnia Chemiczno-Kosmetyczna „Fascinata“. Wł. Dr. Wincenty Kops, — Kraków, ul. św. Gertrudy 6. Telefon 109-86.

KOŚCIELNE WYROBY.

Fabryka wyrobów kościelnych Piotr Seip Kraków, Florjańska.

KOWALSKIE WARSZTATY.

Feliks Woźniczka, Kraków, Zabłocie, Dekierta 41. Naprawa wszelkiego rodzaju wozów oraz kucie koni.

Pracownia kowalska Jana Fastera, Kraków, Grzegórzecka 13.

Pracownie kowalskie K. Walter pod-lekarz weteryn. Dębniki — Kraków.

Pracownia kowalska Józef Szostak, Kraków, Wiślisko 10.

KRAWCY.

Zakład Krawiecki **Antoni Kadłuczka**, Kraków, Grodzka 35. — wykonuje wszelkie roboty krawieckie według najnowszych modeli z własnych i dostarczonych materjałów. — Ceny umiarkowane.

Zakład Krawiecki **Edmund Bobrownicki** Kraków, Rynek gł. L. 9.

Zakład Krawiecki **Feliks Kołodziejczyk** Pl. Szczepański 7. II p. (front) Wykonuje wszelkie roboty w zakres krawiectwa wchodzące, według najnowszych żurnali, starannie i punktualnie. — Ceny przystępne.

Roman Kahl wytwórnia okryć męskich i damskich Kraków XI. Konopnickiej 7.

Antoni Dobrzański, krawiec, Kraków, ul. Wiślna 2. I p. poleca P. T. Panom swój Zakład Krawiecki znany z solidności. Wzory angielskich towarow na składzie. Ceny umiarkowane.

Zakład krawiecki **Henryk Leibel,** Kraków, Grodzka 48 I p. wykonuje wszelkie roboty w zakres krawiectwa męskiego wchodzące. Tel. 138-94.

Najsolidniej i najwykwintniej ubrać się można jedynie w Salonie Krawieckim **„Elegancki Pan“**, Kraków, Sławkowska 30. Tel. 120-69.

W. Szczęśniak Zakład Krawiecki męsko-damski Kraków, Rynek Dębnicki 8. wykonuje wszelką garderobę damską i męską według najnowszych żurnali. — Ceny przystępne.

Stanisław Żurawski Zakład ubiorów męskich w Krakowie, ul. świętej Anny L. 4. Wypożycza fraki i smokingi.

Zakład Krawiecki **D. Kleinmana** Kraków, Szczepańska 5. Wykonuje wszelkie roboty Krawieckie według najnowszych modeli, oraz stroje narciarskie.

Salon Krawiecki
męski
Henryk Eichenholz
Kraków, Dunajewskiego 6.
Tel. 171-22.

Pierwszorzędny Zakład
Krawiecki
M. Schildhorna
Kraków, Straszewskiego 8.
przyjmuje wszelkie roboty krawieckie z własnych i dostarczonych materjałów. — Ceny przystępne.

Kazimierz Krzyworzeka salon krawiecki Kraków, ul. św. Tomasza 31. Tel. 112-59.

KRAWCY DAMSCY.

Pracownia krawiectwa damskiego Albin Gleń, Kraków, Starowiślna 14. wykonuje wszelkie roboty w zakres damskiego krawiectwa wchodzące, po cenach nader przystępnych. Tel. 161-78.

Pracownia
Sukien damskich
kostjumów i płaszczy
Elwira Barkanowa
Kraków, Jagiellońska 7a.
Telefon 164-91.

Zakład Krawiecki okryć damskich **Jan Boruch,** Kraków, Jagiellońska 7. — Wykonuje płaszcze, kostjumy i suknie.

KSIĘGARNIE.

S. A. Krzyżanowski, Księgarnia, Kraków, Rynek Gł.

Polskie Two Księgarń Kolej. „RUCH" S. A. Kraków sklep Rynek Gł. 32. Telefon 103-69, Biura ul. Potockiego 3. — Tel. 173-37.

Księgarnia **NOWOCZESNA** Kraków, Rynek Gł. 41, telefon 164-18. Poleca dzieła prawnicze we wszystkich językach.

Księgarnia Krakowska S-ka z o. o., Kraków św. Krzyża 13. — Tel. 133-44. — Przedstawicielstwo Księgarni św. Wojciecha w Poznaniu.

LABORATORYJNE URZĄDZENIA.

Laboratoryjne urządzenia
Dostawy dla Laboratorjów
NAUKOWYCH
I PRZEMYSŁOWYCH
Władysław Ziemiański
Kraków, św. Gertrudy 5.
Telefon 100-44.

LAKIERNICY.

Piotr Koźbiał pierwszorzędna lakiernia automobili i powozów Kraków, ul. Piaski 43.

Lakiernia samochodów, rowerów — mebli i wszelkich robót w zakres ten wchodzący — **Jan Żywioł** — Łagiewniki.

Zakład lakierniczy powozów automobili **Alf. Mudry** Kraków, Franciszkańska 4.

Zakład lakierniczy **Ignacy Mikołajczyk**, Kraków, ul. Mazowiecka 35.

Laboratoryjne urządzenia dla Sanatorjów, klinik, uczelń i przemysłu. Mikroskopy. Odczynniki. — Dypl. Inż. chem. **A. Buchner**, Kraków, Dolnych Młynów 9. Telefon 176-10.

LECZNICZE ZAKŁADY.

LEKARSKIE INSTRUMENTY.

Michał Maruńczak, Kraków, Sławkowska 10, Tel. 127-83. Urządzenia szpitalne i laboratoryjne, materjały opatrunkowe, wyroby gumowe.

LITOGRAFJE.

Zakłady graficzne Fr. Zieliński i Ska, Kraków, Karmelicka 16, wykonuje wszelkie prace w zakres litografji wchodzące. Telefon 126-50.

LODOWNIE.

Wytwórnia lodowni i wyrobów blaszanych **S. Goldstein** Kraków, Szewska 17. Tel. 178-47.

S. Sattler, Kraków, Stradom 18. Fabryka lodowni Tel. 147-51.

ŁÓJ.

Topiarnia łoju **Zuckerbrod i Siebner** Dostawcy łoju topionego i jadalnego, Kraków — Grzegórzki (Rzeźnia Miejska).

MAKARON.

Mechaniczna fabryka makaronu i przetworów mącznych **„MAZOLI" Tydor i Ska**, Kraków, Kopernika 8. Tel. 181-97.

MALARZE.

Pracownia Art. Malarska **Kazimierza Bodzińskiego** Kraków, Bracka 13.

MASZYNY ELEKTRYCZNE.

MASZYNY DO PISANIA.

„Maszynopol" okazyjne maszyny do pisania, przybory do maszyn, przepisywanie, powielanie maszynowe. Kursy pisania na maszynach. Warsztat naprawy maszyn. Kraków, Jagiellońska 7. — Telefon 121-47.

MASZYNY ROLNICZE.

Pierwsza Polska Fabryka części do maszyn rolniczych **„Agromechanika"** Kraków, ul. św. Filipa 13. Telefon 107-86.

MEBLE.

S. Manne Fabryka mebli Biuro sprzedaży Kraków, Szpitalna 6. Tel. 140-74.

Fabryka mebli
Franciszek Najder
Kraków, Krowoderska 33.
Wystawa Basztowa 15.
Telefon 178-48.

Magazyn mebli **Gusta Natowicz** Kraków, Bracka 13. Tel. 148-75. poleca w dużym wyborze sypialnie, jadalnie, pokoje kombinowane po cenach zniżonych. Dogodne warunki spłaty.

MECHANICZNE ZAKŁADY.

Jan Łazarski, Zakład mechaniczny. — Naprawa aut i motorów spalinowych. Roboty tokarskie. Samorodne spawanie metali. Kraków — Dębniki, ul. Barska 2. — Tel. 153-54.

C. Schmidt
Zakłady budowy maszyn do rozdrabiania i mielenia minerałów, wentylacje, urządzenia transportowe i spawanie elektryczne Tel. 142-53.
Kraków XXII
ul. Smolki 11

METALE.

Towarzystwo Metalurgiczne Ska z o. o. Składy farb. Kraków, Długa 3. Blachy, rury, pręty, druty, profile z miedzi, mosiądzu i aluminium. Metale surowe. Telefony: 106-28, 133-97, 159-00.

Pracownia mechaniczno-tokarska
Józefa Więcka
Kraków, św. Gertrudy 12. Tel. 148-36. Wykonuje wszelkie roboty mechaniczno-ślusarskie w zakres tokarstwa wchodzące.

Fabryka wyrobów metalowych **Wolf Gold**, Kraków XXII. Plac Lasoty 8. Tel. 129-62.

Odlewnia metali **S. L. Jabłoński** Kraków, Podgórze Smolki 11.

Huty stalowe **Schoeller — Bleckmann** Sp. z o. odp. w Krakowie, J. Piłsudskiego 20. Tel. 121-19.

Pracownia artystyczno-cyzelersko-srebrnicza
WŁADYSŁAW ROGALSKI
Kraków, Szczepańska 5. Tel. 181-38. Wytwórnia stylowych naczyń stołowych ze srebra w wykwintnem wykonaniu, z wzorów własnych lub podanych. — Ceny przystępne.

KRAKOWSKA FABRYKA
Wyrobów Metalowych Sp. z o. o.
Kraków-Dębniki, ul. Zagrody L. 13.
Tel. 181-96. Masowy wyrób radjosprzętu, części rowerowych, oraz wszelkich części metalowych toczonych i sztancowanych.

MLECZARNIE.

Mleczarnia **Łuczanowicka** Kraków, Podwale 6. Telef. 185-71.

Sprzedaż mleka dworskiego **W. Günther**, Kraków, św. Gertrudy 4. masło, sery, śmietanka. — Dostawa do domów.

Mleczarnia hygjeniczna **Wincentego Kapusty** Kraków, Ul. św. Anny 7. Telef. 166-29.

MIĘSO.

Skład mięsa **St. Prochowskiej** Kraków, Szpitalna 4. Tel. 167-96.

„Caro“
Spółka dla popierania i prowadzenia handlu bydłem, mięsem i przetworami zwierzęcemi. z ogran. odpow. w Krakowie.

Sprzedaż mięsa **Leon Lieberman** Madalińskiego 11.

Cracovia Bacon Eksport
w Krakowie.

MIODOSYTNIE.

Wytwórnia miodu, wina i soków owocowych **„Piast“** Kraków — Dębniki, Barska 5 Tel. 130-07.

Robacki Kazimierz, Kraków, ul. Sławkowska 26. Miodosytnia, założona w r. 1841.

Miodosytnia **„Zagłoba“ Lucjan Cieminski**, Kraków ul. Senacka 11.

MUSZTARDA.

Fabryka Octu i Musztardy **Gablenz i Syn**, Kraków, Król. Jadwigi 33. Tel. 120-80.

MYDŁA.

H. Worstman, Fabryka mydła Kraków — Dębniki ul. Mieszczańska 18.

K. i A. Miklaszewski, Kraków, Telefon 141-08.

NACZYNIA KUCHENNE.

Zacharjasza Bosaka Synowie. Skład naczyń kuchennych i żelaznych, Kraków, ul. Kupa 6. Telefon 117-93.

„UNION" Fabryka łyżek i wyrobów metalowych Ska z o. odp. Kraków, Płaszowska 45.

NIERUCHOMOŚCI.

Biuro handl.-pośrednicze „Piast" Kraków, Rynek gł. 39. (Linja A-B). Przeprowadza: Kupno i sprzedaż wszelkich nieruchomości. Wynajem mieszkań i lokali. Dzierżawy. Zamiany. Pożyczki hipoteczne. — Informacje bezpłatne! — Biuro czynne cały dzień. — Tel. 158-66.

NOTARJUSZE.

Dr. Juljusz Dunikowski notarjusz, Kraków, św. Jana 20. Tel. 105-35.

Dr. Bolesław Czuchajowski notarjusz, Kraków. św. Jana 18 Tel. 145-66.

NOŻOWNICTWO.

Zakład nożowniczo-szlifierski **Aleksandra Bartoszewskiego** Kraków, ul. św. Jana 3. w podworcu vis a vis Kina „Sztuka".

Fabryka Nożyczek **Emil Weisgerner** Obecnie B. Bornstein Kraków XIII. Mogilska 86.

OBRÓBKA DRZEWA.

Józef Gołąbek

„Starcz"

obróbka drzewa

Kraków,

ul. Mazowiecka 35.

OBUWIE.

Obuwie ręcznego wyrobu z najlepszego materjału poleca wytwórnia **„FRANKO"** Kraków, Florjańska 29. (w sieni). Bogaty wybór. Zamówienia według najnowszych fasonów.

Wytwórnia obuwia **„DIANA"** Kraków, **św. Gertrudy 29.** Tel. 169-54 poleca obuwie męskie wszelkiego rodzaju, oraz obuwie sportowe w solidnem wykonaniu. Ceny przystępne.

„WUDETA" Małopolskie Zakłady Gumowe w Krośnie Oddział w Krakowie ul. św. Gertrudy 29. Tel. 183-18.

FABRYKA OBUWIA
„GLOBUS"
Kraków, Węgierska 4.
Tel. 183-81.

Magazyn obuwia **S. Schlaglied** Kraków, Krakowska 4.

Pracownia obuwia **Jan Rowiński**, Kraków, ul. Lubicz 32.

Pracownia obuwia **Józefa Białasa** przy ul. Kopernika l. 10. poleca wszelkiego rodzaju obuwie tylko w pierwszorzędnych jakościach i najnowszych fasonach krajowych i zagranicznych. Specjalność wrażliwych i chorych nóg.

OCET.

Fabryka Octu i Musztardy **Gablenz i Syn**. Kraków, Król. Jadwigi 33. Tel. 120-80.

Fabryka Octu **H. D. Srebrny** Kraków, Tatarska 9. Tel. 128-56.

ODZIEŻ.

Chrześcijański
Bazar Odzieżowy
Kraków, ul. Szczepańska 9.
I piętro.
poleca po niskich cenach dla mężczyzn, pań i dzieci gotowe i na zamówienia Ubrania, płaszcze, mundurki itp. oraz obuwie.

OKUCIA.

„Bosko" Fabryka okuć budowlanych.

OPONY SAMOCHODOWE.

Polskie Opony samochodowe **„Stomil"** — Zastępstwo na wojew. krakowskie i skład fabr. **„Elibor"**, Ska akc. Krakow, Rynek Gł. 26. Telef. 142-59.

OSTRZE DO GOLENIA.

Ostrze do golenia **„Sula"** M. Kohn — Kraków, Piłsudskiego 28 Tel. 181-69.

PAPIER.

FABRYCZNY SKŁAD
PAPIERU
MICHAŁ FLEISCHER
Kraków, Karmelicka 6.

PAPY FABRYKA.

Bracia Wolf Fabryka papy dachowej, płyt izolacyjnych i asfaltu „Wawel" tel. kancelarji 165-62 telefon fabryki 165-55.

PARASOLE.

FABRYKA PARASOLI
Abracham Frühauf
Kraków, Miodowa 10 i 11
Telefon 117-39.

PIEKARNIE.

Piekarnia
Stan. **Długoszewskiego**
Kraków, Kościuszki 20,
Telef. 129-26, poleca doborowe i hygjeniczne pieczywo.

I. Abrahamer, młyn, piekarnia, Kraków, Łobzowska 5, Telefon 106-32.

Piekarnia Lwowska Ignacego Malinowskiego
Kraków, Lenartowicza 7, poleca smaczne i hygjeniczne pieczywo.

Franciszek Magiera
Piekarnia elektr.-motor.
Kraków, Zwierzyniecka 10
Telefon 180-47

Piekarnia mechaniczna
Jan MALIK
Kraków, Mazowiecka 184
Telefon 114-89.

Piekarnia
Ernest Rzehulka
Kraków-Podgórze Jezefińska 15
poleca hygjeniczne pieczywo
Obwarzanki i precle.

Piekarnia Parowa
F. WOŹNIAKA
Kraków, ul. św. Tomasza 5.
Tel. 171-14. Wypiek wszelkiego rodzaju pieczywa. Chlebów, ciast, sucharków, precelków, keksów, angielskich i herbatników.

Piekarnia
elektryczno-motorowa
Józefa Rączkiewicza
Kraków, Krowoderska 39,
poleca hygjeniczne pieczywo. Telefon 160-12

Piekarnia **Wojciecha Schmeidla**, Kraków, Stolarska 11.

Mechaniczna piekarnia **S. Weinrieb**, Kraków, św. Wawrzyńca 32. Tel. 176-27.

Piekarnia **A. Dudek** Kraków XXII, Krasickiego 7.

Mechaniczna piekarnia **Władysław Płatek**, Kraków XXII., Długosza 3. Tel. 109-38.

PIERNIKI.

Słynne „Antonetki“ i wytworne pierniki poleca
Antoni Rothe
Kraków, Sławkowska 20.
Telefon 121-74

PILNIKI.

Jan Sądel
fabryka pilników i raszpli Kraków, Chodkiewicza 8. Tel. 132-55. dostawcą kolej. Państw.

PIŚMIENNE PRZYBORY.

Przybory piśmienne i galanterja, **Michał Słomiany**, Kraków, Sławkowska 24, tel. 117-44. Albumy — Szachy, karty do gry, bilety wizytowe i zawiadomienia ślubne.



Jedno spojrzenie

przekona Cię, że wieczne pióra wszelkich systemów

sprzedaje najtaniej

Z. ZIEMBICKI

Kraków, Pl. Marjacki 2

Tanie reparacje.

Cenniki na życzenie.

PLOMBY STALOWE.

Fabryka plomb stalowych **„Multirex“** oferuje: plomby stalowe wszelkiej wielkości, oraz plombownice do zamykania plomb stalowych, nierdzewiejące. Kraków, ul. B. Joselewicza L. 21. Telefon 136-79.

„Reflex“ Towarzystwo Przemysłu Metalowego Sp. z o. o. Kraków, Sołtyka L. 19.

PŁÓTNA.

Fabr. skład płócien, bielizny i towarów bławatnych **Roman Kowalski** Kraków, ul. Wiślna 8. Telefon 159-84

PORCELANA.

Józef Steinmetz skład porcelany i kryształów, Kraków, Bracka 5. Tel. 116-33.

Firma Jakób Gross Kraków Rynek gł. 8. Telefon 147-61. Rynek gł. 30. Telef. 173-14. poleca we wielkim wyborze szkło, porcelanę i lampy.

POWROŹNICZE WYROBY.

Sznury, szpagaty, liny, taśmy, szczotki, wycieraczki, siatki i t. d. poleca najtaniej firma:

M. SPYTKOWSKA

Kraków, pl. Marjacki 7.

Telefon 130-47.

Sprzedaż Wyrobów Powroźniczych Fabryki **„POPĘD“ J. Wałkowińskiego - Syna** Kraków, pl. Marjacki Nr. 8, tel. 179-04 poleca po cenach ściśle fabrycznych: Liny, sznury, szpagaty, taśmy, szczotki, siatki i t. d.

PRALNIE.

Niech każdy się przekona, że tylko **Chemiczna pralnia i farbiarnia Ludowa** czyści i farbuje najtaniej i najsolidniej Chemiczna pralnia farbiarnia LUDOWA Kraków—Dębniki ul. Madalińskiego 12 (obok mostu). Uwaga na adres.

Chemiczna pralnia i farbiarnia „Wawel” Kraków XXII. Kalwaryjska 25. Tel.: 184-95. Specjalność: pranie kołnierzy z połyskiem, czyszczenie chemiczne wszelkiej garderoby, jak kapelusze i t. p. Ceny przystępne.

PRZEMYSŁ WSTĄŻKOWY.

Polski Przemysł Wstążkowy **„Pe—Pe—We”** Ska z ogr. odpow. Kraków ul. Mogilska 86.

PRZYBORY SZKOLNE.

„Eros“ Fabryka wyrobów drzewnych dla potrzeb szkolnych i biurowych oraz wykłuwaczy do zębów Kraków, Gęsia 6. Tel.: 159-93.

PUDEŁKA.

J. Pacanowski, Fabryka Pudełek i Litografja Kraków, ul. Grzegórzecka 19-21. Telefon 140-48. Rok założenia 1868. — Wykonuje wszelkie opakowania papierowo-tekturowe dla celów aptecznych i przemysłowych. Nowość! Praktyczne, tanie i higjeniczne naczynia papierowe. Najnowsze urządzenia teczniczne. Własna drukarnia i litografja.

Feliks Żeberko. Wytwórnia pudełek tekturowych, Kraków XXII., ul. św. Kingi 6. Tel. 117-40.

„Cartonlux“ Fabryka pudełek tekturowych, Kraków XXII. Tarnowskiego 4. Tel. 109-34.

PUSZKI.

Tadeusz Oroszeny Bohdanowicz. Pierwsza Małopolska Fabryka puszek i wyrobów tłoczonych z blachy w Krakowie.

PYJAMY.

Wytwórnia PYJAM damskich, męskich i ubrań narciarskich Kraków, Stradom 17 (dawniej Koletek 1). Zamówienia wykonuje w przeciągu dnia. — Ceny niskie. Towar doborowy.

RESTAURACJE.

Pokoje do śniadań poleca **„Jutrzenka“** — Kraków, ul. Sienna 4.

Adolf Huppert Restauracja Kraków, ul. Sienna 2. Telef. 100-34.

„Bar lotniczy“ Podgórska Florentyna, Mały Rynek 1.

Restauracja Powszechna
Kraków, Karmelicka 17 (róg Garbarskiej) wydaje znakomite obiady z 3 dań po Zł. 1. — Bufet obficie zaopatrzony. Codziennie wieczór
KONCERT.

Stanisław Żuwała
Przemysłowiec
Kraków, Mogilska 99.

Adolf Herzog
Kraków XXII. Wielicka 12. Tel. 180-32.
Restaurator.

Restauracja Wycieczkowa Kraków, Lubicz 4.

A. Hausner Restauracja Łagiewniki 10.

RYMARSTWO I SIODLARSTWO

Pracownia rymarsko-siodlarska **Józef Ofiarski**, Kraków XXII, Rynek Podgórski 13. Wykonuje wszelkie roboty solidnie po cenach przystępnych.

Pracownia rymarsko-siodlarska **Benedykt Szymański** Kraków, Mazowiecka 35.

Skład wyrobów rymarskich **Markfeld i Grünbaum** Kraków, Wielopole 3. — Tel. 128-63. poleca siodła, filce, uprzęże, okucia niklowe i mosiężne, płótna nieprzemakalne, latarnie do powozów, oraz wszelkiego rodzaju skóry rymarskie.

SKÓRY.

Gór. Śl. Centrala Skór Garbarnia **„Soła“** Skład fabryczny Kraków, Krakowska 6.

MATIAS HENDLER
Komisowy Skład Skór
Kraków, Dietla 48.
Telefon 134-79.

Józef Leinkram Skup skór surowych Rzeźnia miejska Telef. 149-36.

Leuchter, Dunkelblau i Leser Kraków, Stradom 25. Tel. 108-32.

A. Seelengut Skup skór surowych Kraków, Rzeźnia miejska Tel. 123-92.

SMARY.

„Merkur“ Fabryka smarów tovotów, wazeliny, czernidła, farb i betonów **I. Feitelbaum** Kraków, Mogilska 106. Telefon 142-89.

SOKI.

„Gwiazda“ Wytwórnia soków i przetworów owocowych B. L. STERN Kraków-Podgórze. Przy Moście 1. Telefon 178-45.

SPIRYTUS.

Hurtownia prywatna **„Denaturatu“** P. M. S. H. Steczkowskiej i Fr. Seidenfrau Kraków, Krakowska 42. Telefon 168-28.

SPOŻYWCZE SPÓŁDZIELNIE.

Związek Spółdzielni Spożywców **Rzeczypospolitej Polskiej** Oddział w Krakowie.

SPOŻYWCZE TOWARY.

Sal. Singer Kraków, Sarego 18. Telefon 144-64. Sprzedaż hurtowna przetworów ziemniaczanych, (syrop ziemniaczany, mąka ziemniaczana, dekstryna).

STOLARNIE.

Pracownia stolarska **Piotr Prokopowicz** Kraków, ul. J. Piłsudskiego 20.

Pracownia stolarska **Piotr Skrzyński** Kraków, św. Tomasza 28. Tel. 171-27.

Zakład Stolarski **Joachim Steinberg** Kraków, Miodowa 60. za wiaduktem kolejowym Tel. 165-56.

Stolarnia Józef Koźbiał Tarnowskiego 14. Tel. 183-94

Zakład Stolarski **Adama Kmieciaka** wykonuje wszelkie roboty w zakres stolarstwa wchodzące po cenach przystępnych Kraków, ul. Kościuszki 36.

Pracownia stolarska **Józefa Panka** Kraków, ul. Piłsudskiego 25. Tel. 103-85.

Józef Kobos Pracownia Art. Stolarska, Kraków, Grzegórzecka 22-24. Tel. 148-91.

Stolarnia **Izak Scheidlinger** Kraków XXII Kalwaryjska 34.

Franciszek Koral Kraków, Radziwiłłowska 31. Pracownia stolarska wykonuje wszelkie meble oraz urządzenia pokojów. Wykonanie solidne. Ceny konkurencyjne.

SZKOŁY.

Szkoła art. kaligrafji i Kursy handlowe Feinberga zatwierdzone przez Władze szk. Kraków, Starowiślna 28. Każdy stanowczo w kilkunastu lekcjach poprawi swoje pismo na piękne i biegłe. Rozpocząć można codziennie.

Koedukacyjne Kursy handlowe **S. Gryszpana**. Kraków, J. Sarego (Zielona). Jednoroczne Kursy handlowe koedukacyjne. — Półroczne kursy księgowości. Dla zamiejscowych specjalna nauka przez korespondencję. — Opłaty niskie.

SZKLANNE WYROBY.

Wytwórnia wyrobów szklannych i ozdób choinkowych **H. Bloch** Kraków, Kalwaryjska 25. Tel. 139-25.

SZYBY, SZKŁO i SZKLARZE.

Bracia Panzer
Kraków, ul. Dietla l. 36.
Telefon 122-93.
Skład szkła taflowego dachowego, ornamentowego, lustrowego i luster.

S. Feldmann Hurtownia i detaliczna sprzedaż szkła okiennego, ornamentowego i dachowego. Kraków, Sienna 14, tel. 126-59.

Krakowska Huta Szkła **Inż. L. Bykowski,** D. Chazan i Ska Jawna. Kraków XXII, Lipowa 3. Tel. 171-88.

Zakład szklarski **S. Finkenstein**. Kraków, ul. św. Krzyża 3. Tel. 129-03.

Hurtownia szkła **K. Charmatz**. Kraków, Dietla 93. Telefon 151-63.

ŚLUSARNIE.

Zakład ślusarsko mechaniczny i spawalnia metali. Kraków, **Władysław Rutkowski** ul. Smoleńsk 17. Specjalność przepisowe skrzynki na śmieci.

Pracownia budowlano-ślusarska **Ludwik Górka,** Kraków, Czarnowiejska 17. — Telefon 121-32.

Okucia żelazne do kuchen, Pracownia ślusarska **Juljan Soja**, Kraków, Friedleina 7. Tel. 144-19 — Wszelkie roboty ślusarskie. Robota solidna.

„Zemper“ Fabryka wyrobów ślusarskich Związku młodzieży przem. i rękodz. w Krakowie, ul. Asnyka 4 i 6. Telefon 105-44.

Zakład ślusarstwa budowlanego. Spawalnia metali **Juljana Chomika**, Kraków, Kościuszki 16. Tel. 188-44.

TAPICERZY.

Pracownia tapicerska **D. Kempler,** Kraków, św. Tomasza 26, Dom Kasy Oszczędności — Tel. 115-96 poleca tapczany, fotele, łóżka i t. p. Przyjmuje wszelkie reperacje.

Antoni Rybiński, pracownia tapicerska, Kraków, ul. Sławkowska 25, wykonuje wszelkie prace wchodzące w zakres tapicerstwa i dekoracje z materjałów własnych, jak i dostarczonych. Kołdry własnego wyrobu. Wykonanie solidne, ceny przystępne.

Zakład tapicersko-dekoracyjny **Adolf Goldberger**, Kraków, Szewska 21. Tel. 144-36.

TARTAKI.

Bernard Berkelhammer

Przemysł tartaczny.

KRAKÓW — DĄBIE

Tel. 145-06.

TECHNICZNE przedsiębiorstwa i artykuły.

NAJTAŃSZE ŹRÓDŁO ZAKUPU!

Artykuły techniczne, jak pasy transmis, węże, szczeliwa, narzędzia, piły, armatury szmergel. Hurtownia „ZENIT“ Sp. z o. o.

Kraków, Szpitalna 7. Telefon Nr. 127-21 i 142-31.

B. Unger Biuro teczniczne Skład maszyn. Kraków, Szewska 21.

Eliza Ameisen, Przedsiębiorstwo techniczno—handlowe. Kraków, Dunajewskiego 3. Tel 144-07.

Najtańsze źródło zakupu

Hurtownia art. technicznych „Zenit“

Kraków, Dunajewskiego 6.

Telefony:
142-31, 130-01, 127-21.

Maszyny — narzędzia — przybory fabryczne **„Przemysł“** Kraków, Św. Krzyża 1. Telefon: 123-48.

TOKARSTWO.

Karol Golda. Tokarstwo metalowe. Kraków, Retoryka 21. Telefon Nr. 185-86.

TORBY.

Fabryka torb papierowych **M. Schönwetter**, Kraków-Podgórze ul. Węgierska 12. Tel. 156-62.

TRANSPORTOWE BIURA.

Spółka transportowa **„Krakowska Cracovia“** Ska z ogr. odpow. Kraków, Grodzka 60. — Tel. 140-78.

C. Hartwig

Sp. Akc. w Poznaniu.

ODDZIAŁ W KRAKOWIE, Florjańska 4. Tel. 114-78. Magazyny Długa 72. Tel. 130-69. — Dyrektor, Adam Berestyński Tel. 189-92.

Ekspedycja bagaży i towarów i Związek Emerytów Kolejowych

Kraków, Dworzec osobowy (wyjście główne).

Telefon 165-33.

Przewozowe biura **Langer i Nadel**, Kraków, św. Gertrudy Nr. 27.

UBEZPIECZENIA.

Towarzystwo ubezpieczeń na życie **„Vita i Krakowskie"** Ska akc. Oddział w Krakowie, Basztowa 7. Tel. 121-70.

TOWARZYSTWO UBEZPIECZEŃ „ORZEŁ" Spółka Akcyjna w Warszawie, Oddział w **Krakowie, ul. Andrzeja Potockiego 9.** Telefon 103-78 i 137-98.

„Kotwica" Powszechne Towarzystwo ubezpieczeń S. A. Dyrekcja filjalna w Krakowie, pl. WW. Świętych 10. Tel. 138-03 i 183-30.

„Assicurazioni Generali" Odział Kraków, Grodzka 26. Telefon 145-19 i 168-00.

FENIKS Towarzystwo ubezpieczeń na życie. Dyrekcja filjalna w Krakowie, ul. Basztowa 15. Telefony: 102-73 i 133-18.

WAGI.

Konc. Zakład mech. ślusarski I NAPRAWY WAG wraz z legalizacją. **Stefan Ciechanowski** Kraków, św. Filipa 13. Tel. 154-58.

Koncesjonowany Zakład dla wyrobu i naprawy WAG wszelkich typów **A. Biedacha**, Kraków, Dębniki ul. Różana 13. Telefon 182-09. Specjalność: Wyrób wag do ważenia niemowląt.

WĘDLINY.

A. J. Kurkiewicz Fabryka wyrobów masarskich, Kraków, Grodzka 7. Tel. 112-01.

Fabryka Wędlin **Aleksander Grabowski** Kraków, Szewska 16. Telef. 104-39. Filje: Kraków, Rynek gł. 29. Telefon 177-07, ul. Kościuszki 29. Mostowa 1, Katowice Szopena 2.

Wytwórnia wędlin **Albin Synowiec** Kraków, Karmelicka 22. poleca znakomite wyroby. Telefon 114-93.

Fabryka wędlin **Józefa Pluteckiego**, Kraków, Topolowa 24. Telefon 114-15. Filje: Sienna 2, Rakowicka 11. — Poleca znakomite wędliny własnego wyrobu.

Fabryka wędlin **Walerjan Brachel** dawniej J. Bialik Kraków, ul. Florjańska 51. Tel. 105-02.

Pierwsza krakowska elektromot. fabryka wędlin koszernych **Henryk Frischer** Kraków, ul. św. Katarzyny 4. Telefon 128-57.

Andrzej Jura masarz i rzeźnik Kraków, ul. Halicka 2.

WĘGLE.

Składy węgla, koksu i drzewa **Inż. J. Kukucz**, Kraków Zabłocie 6. Tel. 116-46.

Schyja Gastfreund Kraków, Sebastjana 5. Tel. 169-12.

Fussman
i Kenner
Przedsiębiorstwo węglowe Kraków — św. Krzyża 1. telefon 106-30.

Składy węgla, koksu, i drzewa poleca: Dom Przemysłowo-Handlowy **Jan Wróblewski** Kraków-Rynek Gł. 37. Telefon 142-60.

Dr. Jan Sulikowski właściciel firmy Import i Export węgla Adolf Blumenfeld w Krakowie, Pawia 12 Tel. 106-08.

Biuro węglowe **„Polcarbo“** Kraków, Krowoderska 6. Tel. 107-38.

WITRAŻE.

KRAKOWSKI ZAKŁAD WITRAŻÓW
Oszkleń Artystycznych
S. G. ŻELEŃSKI
Kraków, Al. Krasińskiego 23. — Telefon 106-16.

Zakład witrażów i oszkleń artystycznych **Piotr Paczka** Kraków, ul. Szczepańska 5. i ul. Barska 65 (dom własny) Wykonuje wszelkie roboty w zakres powyższy wchodzące po cenach konkurencyjnych.

WŁÓKIENNICZE TOWARY.

Towary włókiennicze **Aleksander Zunin** Kraków, ul. Dietla 53.

WODA SODOWA.

„Zdrowie“, Fabryka wody sodowej, lemoniad gazowych i lodu **Leona Schneidera**, Kraków, ul. Dietla 105. Telefony: 115-05 i 142-74.

WÓDKI.

Parowa fabryka wódek polskich, likierów i rumu SZYMCZAKOWSKI i Sp. Kraków, Mogilska 27. Telefon 122-77.

Dom Handlowo-Komisowy Zygmunt Machauf, Kraków, Długa 52 tel. 108-92. Reprezentacja: **Theodor Etti & W. Bergel A. G. Wien.,** Francesco Cinzano & Cia, Torino Izdebnickie Zakł. Przem. S. A. Izdebnik Schotz Hermanos, Malaga A. C. Meukow & Co Cognac.

„Arkadja“ Fabryka wódek i likierów, Kraków, Dwernickiego 1. Telefon 138-13. Specjalność: „Jarzębiak“.

WÓZKI.

Fabryczny magazyn wózków dziecinnych **„SYRENA“** Kraków, Szpitalna 11. Tel. 176-42. Wysyłka na prowincję bezpłatna.

Wózki dziecięce rowerki wózki dla chorych poleca Wytwórnia **W. TARABA** Kraków, Plac Szczepański 3

WYPOŻYCZALNIE KSIĄŻEK.

Wypożyczalnia książek Adolfa Gumplowicza w Krakowie, zasilana stale nowościami, znajduje się **tylko przy ul. Brackiej 9 front.** Dla P. T. Urzędników bez kaucji.

WYPRAWIANIE FUTER.

Izrael Bazes, Wyprawialnia i farbiarnia futer, Kraków, ul. Romanowicza 19 b. Telefon 138-97.

WYROBY SREBRNE.

Drykierskie (wytłaczane i tłoczone roboty z różnych metali wykonuje po cenach umiarkowanych wytwórnia

„HERZOG“

Kraków, Berka Joselowicza 2. Telefon 163-07.

ZEGARY I NARZĘDZIA ZEGARMISTRZOWSKIE.

„Zegarpol“ Skład zegarów, zegarków, narzędzi i przyborów zegarmistrzowskich. Kraków, Pl. WW. Świętych 8. Tel. 182-82.

Chcesz mieć dobry zegarek udaj się tylko do dobrego fachowca.

Józef Płonka

Kraków, Szewska 12, Tel. 174-90.

Zegarmistrz Genewski.

L. Nussbaum Hurt. Skład zegarków i przyborów zegarm. Kraków, ul. Stradom 3. Tel. 171-62.

Leon Holzer

Kraków, Sebastjana 4.
Telefon 125-67
Hurtownia
zegarmistrzowska

Rok zał. 1908 Zegarmistrz i jubiler **S. Borer** w Krakowie, przy ul. Wielopole 28. (obok P. K. O.) Poleca po niskich cenach zegarki szwajcarskie jak „Cyma“, „Omega“, „Doxa“, „Longines“ i t. d. Zegarki kieszonkowe już od zł. 4.50, zegarki ścienne już od zł 35.— budziki już od zł. 7.50. Poleca również wszelkie wyroby jubilerskie jak pierścionki złote 14 karat od zł. 8.50, kolczyki złote 14 karat. od zł. 6.50 oraz obrączki ślubne i inne podarki okolicznościowe. Uskutecznia wszelkie reperacje w zakres zegarmistrzowstwa jubilerstwa wchodzące po nader niskich cenach.

BIULETYNY do zegarów kontrolnych szczotki cyrkularne, pilniki, piłki, cążki dla mechaników i zegarmistrzów. Ilustrowane katalogi wysyła się franko po otrzymaniu gr. 50 w znaczkach pocztowych. **S. Scheier,** Kraków, Stradom 5. I p. Skład zegarów.



ZIEMIOPŁODY.

N. Salomonowitz Hurtowny i komisowy handel ziemiopłodami i ich przetworami Kraków, Zyblikiewicza 11. Telefon 164-24.

S. B. Grünwald Kraków.

ŻELAZKA DO PRASOWANIA.

Najlepsze żelazko gaz do prasowania **„Alfa“** oszczędnościowe z wewnętrzym palnikiem prasuje równomiernie idealnie czysto nie wydziela czadu, a koszt prasowania wynosi 3-4 grosze na godzinę. Do nabycia w firmie **„Ekonomia“** ul. Jasna 2. tel. 169-25. Do nabycia w sklepie Gazowni miejskiej pl Szczepański tel. 103-45.

ŻELAZO.

Henryk Finkelstein Skład starego żelaza, Kraków XXII Plac Zgody 7. Tel. 178-02.

„PRODUKCJA“ Maurycy Knopf Okucia meblowe, budowlane i wyroby metalowe Kraków, Pl. Wolnica 4.

Huta żelazna Kraków, Rynek Gł. 12.

Skład towarów żelaznych **Roman Sienkiewicz** Kraków, Bracka 2.

Sch. Grünfeld Skład żelaza Kraków, Szewska 8. tel. 127-41

Fabryka Maszyn i odlewnia żelaza **W. Klimek**, Kraków, Mogilska 71. Tel. 135-47.

Jakób Hirsch Rottner Skład starego żelaza, Kraków, Starowiślna 58.

Zapisujcie się na

Członków

Pogotowia Ratunkowego

SPIS RZECZY

zawartych w Kalendarzu Pogotowia Ratunkowego na rok 1936.